

जर्सी फिंगर (फ्लेक्सर टेंडन एवल्यूशन)

जर्सी की उंगली: गहरी फ्लेक्सर टेंडन उंगली की नोक को खींचती है, इसलिए बहुत ही टिप अब कर्ल नहीं कर सकती है।

Kieran Hirpara © ① ② ③ ④ 4.0



यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

आप क्या महसूस कर रहे हैं

जर्सी की उंगली आमतौर पर एक ऐसे क्षण में होती है जिसे आप स्पष्ट रूप से याद करते हैं, अक्सर खेल के दौरान पकड़ते समय। एक क्लासिक उदाहरण रग्बी या फुटबॉल में एक प्रतिद्वंद्वी की जर्सी का मुट्ठी भर पकड़ना है क्योंकि वे दूर खींचते हैं, जहां से नाम आता है। उंगली के सिरे पर अचानक तेज दर्द होता है, और उसके बाद उंगली सूज जाती है और चोट लग सकती है।

संकेत यह है कि आप **अपनी उंगली की नोक को भी मोड़ नहीं सकता**। जब आप मुट्ठी बनाने की कोशिश करते हैं, तो आपकी हथेली में उंगली का जोड़ (नाखून के निकटतम छोटा जोड़, जिसे डीआईपी जोड़ कहा जाता है) नहीं झुकेगा, भले ही बाकी उंगली चलती हो। अंगूठी की अंगूठी सबसे अधिक प्रभावित होती है। कुछ लोगों को उंगली के नीचे या हाथ की हथेली में भी एक नाजुक गांठ दिखाई देती है: यह गांठ टेंडन का अंत है, जो हड्डी से टूट गया है और एक मुक्त लोचदार बैंड की तरह वापस उछल गया है।

वास्तव में क्या हो रहा है

एक मजबूत कंधा जिसे **फ्लेक्सर डिजिटोरम प्रोफेन्टस** (एफडीपी) प्रत्येक उंगली के हथेली की ओर से चलता है और उंगली के छोर पर छोटी हड्डी से जुड़ा है। इसका काम अंतिम जोड़ को मोड़ना है। एक जर्सी उंगली में, उंगली को ठीक उसी समय सीधा करने के लिए मजबूर किया जा रहा है जब मांसपेशी इसे मोड़ने के लिए कड़ी मेहनत कर रही है, और टेंडन उस स्थान से अलग हो जाता है जहां यह उंगली की हड्डी को एंकर करता है, कभी-कभी इसके साथ हड्डी का एक छोटा सा टुकड़ा खींचता है।

ढीले कंधे का अंत कितनी दूर तक वापस आता है, यह बहुत मायने रखता है, और सर्जन इन चोटों को ठीक उसी के अनुसार वर्गीकृत करते हैं (लेड्डी-पैकर वर्गीकरण)। जब टेंडन केवल थोड़ी दूरी तक पीछे हटता है और उंगली में रहता है, तो यह आमतौर पर अपनी कुछ रक्त आपूर्ति रखता है और थोड़ा इंतजार कर सकता है। जब यह पूरी तरह से हथेली में वापस आ जाता है, तो यह अपनी रक्त आपूर्ति खो देता है और चैनल जो सामान्य रूप से फिसलता है (पॉली सिस्टम) निशान और बंद होने लगता है। यही कारण है कि एक पूरी तरह से retracted जर्सी उंगली है **समय-महत्वपूर्ण**: जितना अधिक समय तक यह छोड़ा जाता है, उतना ही कठिन हो जाता है कंधे को वापस लाने और इसे फिर से जोड़ने के लिए। एक चोट जहां हड्डी का एक टुकड़ा अभी भी जुड़ा हुआ है अक्सर जगह में रहता है और कभी-कभी थोड़ी देर बाद इलाज किया जा सकता है।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

हमारे क्लिनिक में, डॉ. किरण हिरपारा पहले आपके इतिहास और जांच के सावधानीपूर्वक आकलन के माध्यम से निदान की पुष्टि करके इस स्थिति का प्रबंधन करते हैं। हम अक्सर लंबे समय से चली आ रही समस्याओं के लिए गैर-ऑपरेटिव देखभाल के साथ शुरू करते हैं, केवल सर्जरी की ओर रुख करते हैं जब वह दृष्टिकोण पर्याप्त राहत प्रदान नहीं करता है।

जर्सी उंगली का लगभग हमेशा शल्य चिकित्सा के साथ इलाज किया जाता है ताकि हड्डी के लिए स्नायु को फिर से जोड़ा जा सके। यह करने के लिए कुछ तरीके हैं क्या कंधे किया पर निर्भर करता है:

- यदि कंधा हड्डी से साफ निकल गया है, तो इसे हड्डी में रखे एक छोटे से लंगर का उपयोग करके, या उंगली की नोक के माध्यम से टांके के साथ फिर से जोड़ा जाता है और एक बटन पर बांधा जाता है ("पुल-आउट" मरम्मत)।
- यदि वह अपने साथ हड्डी का एक टुकड़ा ले जाता है, तो उस टुकड़े को वापस रखा जाता है और आमतौर पर एक छोटे से पेंच, तार या छोटी प्लेट के साथ रखा जाता है।

सबसे महत्वपूर्ण कारक समय है। हाथ की हथेली में पीछे हटने वाली नस को आमतौर पर ठीक करने की ज़रूरत होती है **लगभग 7 से 10 दिनों के भीतर**, इससे पहले कि यह बहुत अधिक लंबाई और रक्त की आपूर्ति खो देता है। हड्डी के टुकड़े से लगी चोट को अक्सर कुछ समय बाद ठीक किया जा सकता है। यही कारण है कि जल्दी से मूल्यांकन होने से वास्तव में परिवर्तन होता है जो संभव है।

यदि चोट को याद किया जाता है या केवल हफ्तों या महीनों बाद उठाया जाता है, तो एक साधारण पुनः संलग्न करना अब संभव नहीं हो सकता है। उस स्थिति में विकल्प बड़े ऑपरेशन हैं: एक ग्राफ्ट के साथ टेंडन का पुनर्निर्माण, या, अगर उंगली की नोक संयुक्त समस्या है, एक स्थिर, दर्द रहित उंगली देने के लिए उस छोटे संयुक्त को मिलाएं। इन में से किसी भी मरम्मत के बाद, एक सावधानीपूर्वक चरणबद्ध हाथ-चिकित्सा कार्यक्रम आवश्यक है ताकि टेंडन को ठीक होने के दौरान अलग खींचने के बिना सुरक्षित रूप से स्थानांतरित किया जा सके।

क्या उम्मीद करें

जब एक जर्सी उंगली को जल्दी पकड़ा जाता है और अच्छी तरह से मरम्मत की जाती है, तो दृष्टिकोण अच्छा होता है और अधिकांश लोग उंगली की नोक के मजबूत, उपयोगी आंदोलन को पुनः प्राप्त करते हैं। हालांकि, वसूली जल्दी नहीं होती है। पहले कुछ हफ्तों के लिए एक मरम्मत की गई फ्लेक्सर टेंडन नाजुक होती है, इसलिए आप एक सुरक्षात्मक स्प्रिंट पहनेंगे और एक हाथ चिकित्सक के कार्यक्रम का पालन करेंगे जो धीरे-धीरे और सुरक्षित रूप से आंदोलन को फिर से शुरू करता है, और जल्दबाजी यह एक मरम्मत विफल होने का मुख्य तरीका है। आमतौर पर पूरी पकड़ और भारी गतिविधियों में वापस आने में कुछ महीने लगते हैं, और आपका चिकित्सक और सर्जन खेल या शारीरिक कार्य में आपकी वापसी के समय का मार्गदर्शन करेंगे।

यह जानना आवश्यक है कि एक अच्छी मरम्मत के बाद भी उंगली की नोक का जोड़ दूसरी तरफ से थोड़ा कठोर हो सकता है। जिन चोटों का इलाज देर से किया गया, या जिन्हें एक प्रत्यारोपण या संयुक्त संलयन की आवश्यकता थी, उनकी उंगलियों की गति अधिक सीमित होती है, यही कारण है कि शुरुआती उपचार इतना सार्थक है।

किसी से कब मिलना है

- **आप एक पकड़ चोट के बाद एक उंगली की नोक मोड़ नहीं कर सकते हैं।** यह एक जर्सी उंगली का प्रमुख संकेत है और यह जाँच की जानी चाहिए **तुरंत: यह देखने के लिए इंतजार न करें कि यह बस जाता है या नहीं।** एक "जम" या फटी हुई उंगली जैसा दिखने वाला एक टेंडन हो सकता है जो हड्डी से फट गया है, और सबसे अच्छे परिणाम जल्दी मरम्मत से आते हैं।

- ऐसी चोट के बाद उंगली या हथेली में एक कोमल गांठ, विशेष रूप से उंगली के मोड़ की हानि के साथ।
- खेल या पकड़ने की चोट के बाद एक उंगली का महत्वपूर्ण दर्द, सूजन या चोट लगना जो ठीक नहीं हो रहा है।
- किसी भी उंगली की चोट जहां आंदोलन, संवेदना या उंगली का रूप गलत लगता है: जब संदेह हो, तो इसका मूल्यांकन करें, क्योंकि सर्वोत्तम परिणाम के लिए खिड़की छोटी हो सकती है।

अधिक गहराई से

यह अनुभाग आपके स्वयं के उपचार निर्णयों के लिए आवश्यक से अधिक है। जर्सी फिंगर अतिरिक्त रीडिंग के लायक है क्योंकि यह हाथ की चोट है जहां देरी सबसे सीधे विकल्पों को संकीर्ण करती है, टेंडन उस स्थान पर नहीं रहता है जहां यह टूट गया है, और क्योंकि मरम्मत विधियों की प्रयोगशाला तुलना एक दिशा में इंगित करती है जबकि नैदानिक चिंताएं दूसरी ओर इंगित करती हैं।

क्यों घड़ी कहीं और की तुलना में यहाँ अधिक मायने रखता है

प्लेक्सर डिजीटोरम प्रोप्रोडस टेंडन उंगली की नोक को मोड़ता है। इस चोट में यह डिस्टल फालैक्स पर अपने लगाव से निकलता है, आमतौर पर जब एक उंगली पकड़ते समय कपड़े में पकड़ती है, क्लासिक तंत्र जिसमें से चोट अपना नाम लेती है।

एक बार अलग होने के बाद, टेंडन उंगली को पीछे खींचता है, और यह कितनी दूर जाता है यह निर्धारित करता है कि क्या किया जा सकता है। यदि यह अंगूठे की नोक के पास रहता है, तो रक्त आपूर्ति और पुली प्रणाली द्वारा पकड़ा जाता है, इसे सीधे फिर से जोड़ा जा सकता है। यदि यह हथेली में वापस आ जाता है, तो इसकी रक्त आपूर्ति टूट जाती है, जिस आवरण से इसे वापस जाना पड़ता है वह निशान बनने लगता है, और मांसपेशी स्वयं छोटा होने लगती है।

पूर्वानुमान कारक ठीक इस बात को दर्शाते हैं: **निकटवर्ती कंधे के पीछे हटने की सीमा, विघटन की दीर्घकालिकता**, और एक संबद्ध हड्डी के टुकड़े की उपस्थिति [1]। एक टुकड़ा विरोधाभासी रूप से अच्छी खबर है, इसका मतलब आमतौर पर यह होता है कि टेंडन उंगली की नोक के पास लंगर है और बहुत पीछे नहीं हटा है।

यही कारण है कि जर्सी उंगली का इलाज तत्काल किया जाता है कि एक रोगी को एक उंगली के लिए असमानता मिल सकती है जो विशेष रूप से दर्दनाक नहीं है और अभी भी ज्यादातर काम करता है।

इसे मिस करना आसान है, और इसका कारण शारीरिक है

उंगली लगभग सामान्य दिखती है। सरफेशियलिस टेंडन बरकरार है, इसलिए मध्य जोड़ अभी भी झुकता है, और हाथ बंद होने के आकस्मिक अवलोकन से कोई स्पष्ट रूप से गलत नहीं दिखता है।

एकमात्र विश्वसनीय परीक्षण मध्य जोड़ को सीधा रखना और व्यक्ति को केवल उंगली की नोक को मोड़ने के लिए कहना है। यदि प्रोप्रॉन्डस अलग हो जाए, तो यह गति अनुपस्थित है, और यह कमजोर होने के बजाय पूरी तरह से अनुपस्थित है। यह जानना आवश्यक है क्योंकि इस चोट को अक्सर पहले सप्ताह में फिसलन के लिए जिम्मेदार ठहराया जाता है, जो कि वह सप्ताह है जिसमें विकल्प सबसे व्यापक होते हैं।

प्रयोगशाला सिलाई एंकरों का पक्ष लेती है; नैदानिक चित्र अधिक संतुलित है

मरम्मत के दो तरीके प्रचलित हैं: एक टांके को हड्डी के माध्यम से लगाया जाता है और नाखून पर एक बटन के ऊपर बांधा जाता है, और एक टांके के लंगर को हड्डी में ही रखा जाता है।

विभिन्न क्षेत्रों में जैव यांत्रिक अध्ययनों को एकत्र करना **201** नमूनों, सिलाई लंगर मरम्मत दिखाया **प्रारंभिक निर्माण कठोरता में वृद्धि और कम अंतराल गठन** सिलाई बटन खींचने से, के साथ **अंतिम विफलता भार में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं** [2]।

इसके विपरीत, नैदानिक समीक्षा नोट करती है कि **मल्टी-स्टैंड मरम्मत बेहतर प्रदर्शन करती है, कि खिंचाव को खींचने के साथ देखा जा सकता है, और वह हड्डी खींचने के माध्यम से विफलता सिलाई एंकर विधियों के साथ एक चिंता बनी हुई है [1].**

तो प्रत्येक विधि में एक विशेषता कमजोरी है: बटन निर्माण खिंचाव और अंतर कर सकता है, और एंकर एक छोटी हड्डी से बाहर खींच सकता है। प्रयोगशाला में मापा गया कठोरता लाभ वास्तविक है, लेकिन यह दो विफलता मोड में से केवल एक को संबोधित करता है, जो एक अच्छा उदाहरण है कि क्यों जैव यांत्रिक श्रेष्ठता स्वचालित रूप से एक बेहतर नैदानिक परिणाम में अनुवाद नहीं करती है।

यदि इसे ठीक नहीं किया जाता है तो क्या खो जाता है

एक अपरिवर्तित प्रोप्रोडस एक उंगली की नोक छोड़ देता है जो सक्रिय रूप से मोड़ नहीं सकता है। बहुत से लोगों के लिए यह सहन करने योग्य है, और जहां चोट बहुत देर से आती है, इसे स्वीकार करना एक वैध विकल्प है, उस चरण में विकल्प स्टेज्ड टेंडन ग्राफ्टिंग या उंगली के सिरे के जोड़ को जोड़ने के लिए होते हैं, दोनों एक प्रारंभिक पुनः संलग्नक की तुलना में काफी बड़े उपक्रम हैं।

कार्यात्मक लागत सामान्य के बजाय विशिष्ट है: छोटी वस्तुओं को पकड़ना, और हैंडल के चारों ओर हाथ को बंद करने का अंतिम भाग। यह काम करने वाले हाथ और पूरी तरह से काम करने वाले हाथ के बीच का अंतर है, और यह कितना मायने रखता है यह पूरी तरह से इस बात पर निर्भर करता है कि हाथ किस काम के लिए है।

संदर्भ

[1] रुचेल्स्मान डीई, क्रिस्टोफोरो डी, वासरमन बी, ली एसके, रेटिंग एमई। फ्लेक्सर डिजिटोरम प्रोप्रोडस टेंडन की अपघटन चोटें। जे एम एकेड ऑर्थोप सर्ज. 2011;19(3): 152-62. <https://doi.org/10.5435/00124635-201103000-00004>

[2] इम्बर्गमो सीएम, सेक्वेरा एसबी, माइल्स एमआर, मीन्स केआर। फ्लेक्सर डिजिटोरम प्रोफोर्डस पुनः सम्मिलित करने के लिए सिलाई बटन खींचने बनाम सिलाई एंकर निर्धारण के लिए बायोमेकेनिकल अध्ययन का एक मेटा-विश्लेषण। हाथ (एनवाई) 2022;19(4):671-8. <https://doi.org/10.1177/15589447221126760>