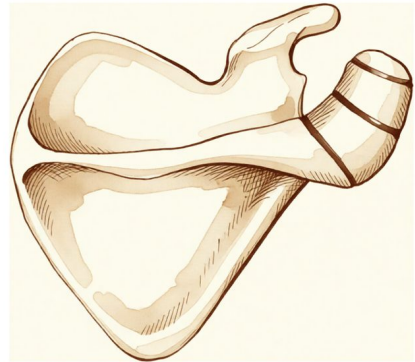


अक्रोमियल

अक्रोमियल: अक्रोमियन का सामने वाला भाग अस्थि परिपक्वता के दौरान शेष अक्रोमियन के साथ विलय नहीं हुआ है।

Kieran Hirpara © 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

एक os acromiale के साथ ज्यादातर लोगों को यह से कुछ भी महसूस कभी नहीं। यह कंधे के ऊपरी भाग में हड्डी का एक छोटा टुकड़ा है जो विकास के दौरान कंधे के ब्लेड के बाकी हिस्सों के साथ नहीं मिला। जब यह परेशानी का कारण बनता है, तो दर्द आपके कंधे के शीर्ष के सामने और किनारे पर बैठता है, ठीक उस अस्थि के टुकड़े के ऊपर। यह क्षेत्र अक्सर प्रेस करने के लिए संवेदनशील होता है।

जब आप अपना हाथ ऊपर उठाते हैं तो दर्द तेज हो जाता है। एक ऊंची शेल्फ तक पहुंचना, कपड़े लटकाना, या छत को पेंट करना सभी इसे ला सकते हैं। तैराक और फेंकने वाले एथलीट इसे अपने खेल के दौरान नोटिस करते हैं। दर्द तब होता है जब आप अपने कंधे का उपयोग करते समय हड्डी के टुकड़े को थोड़ा हिलाते हैं, या जब आप अपना हाथ उठाते हैं तो यह पास के ऊतक पर दबाव डालता है।

दर्द के साथ-साथ आप अपने कंधे को कमजोर महसूस कर सकते हैं। अपने हाथ को अपने सामने उठाना अब उतना दूर नहीं जा सकता जितना पहले जाता था। कुछ लोगों को यह भी पता चलता है कि जब वे चलते हैं तो एक पकड़ने वाली भावना होती है।

एक स्थिर अस्थि का टुकड़ा उस कंधे पर दस्तक देने या गिरने के बाद दर्दनाक हो सकता है।

यदि आराम, अपनी गतिविधियों को बदलना, या स्टेरॉयड इंजेक्शन ने दर्द को कम नहीं किया है, तो अनफ्यूज्ड हड्डी का टुकड़ा जांच के लायक हो जाता है। कुछ कोणों से एक्स-रे इसे दिखा सकता है, हालांकि मानक दृश्यों पर इसे याद करना आसान है। स्कैन में उस स्थान पर सूजन भी दिखाई दे सकती है, जो आपके दर्द का स्रोत होने की ओर इशारा करती है।

अधिकांश अनफ्यूज्ड हड्डी के टुकड़ों में कोई लक्षण नहीं होते हैं और उन्हें बिल्कुल भी उपचार की आवश्यकता नहीं होती है।

वास्तव में क्या हो रहा है

आपके कंधे के ब्लेड के ऊपर एक अस्थि शेल्फ है जिसे एक्रोमियन कहा जाता है। यह कंधे के जोड़ पर एक छत बनाता है। जब आप बढ़ रहे थे, यह शेल्फ तीन अलग-अलग हड्डी के टुकड़ों से बना था: आधार, मध्य और टिप। अधिकांश लोगों में ये टुकड़े वयस्कता तक एक ठोस हड्डी में एक साथ जुड़ जाते हैं। कुछ लोगों में, एक टुकड़ा कभी नहीं जुड़ता है। कि unfused टुकड़ा एक os acromiale है।

टुकड़ों के बीच का अंतर हड्डी के बजाय कठोर रेशेदार ऊतक से भरा हुआ है। इसे एक झंझरी की तरह सोचो जिसे कभी बंद नहीं किया गया। जब कंधे की बड़ी मांसपेशियां इसे खींचती हैं तो टुकड़ा थोड़ा हिल सकता है। हर बार जब आप अपना हाथ उठाते हैं, तो ये मांसपेशियां ढीले टुकड़े को खींचती हैं और यह थोड़ा झुक जाता है। यह आंदोलन, और यह नीचे के ऊतकों पर दबाव डालता है, जहां आपका दर्द आता है।

आपके कंधे की छत भी उसके नीचे बैठने वाले के लिए मायने रखती है। घुमावदार कफ, टेंडन फाइबर की एक रस्सी जो जोड़ को स्थिर रखती है, इस छत के नीचे चलती है। यदि ढीली हड्डी का टुकड़ा हिलता है या नीचे दबाता है जब आप अपनी बांह उठाते हैं, तो यह टेंडन की जरूरत की जगह को भीड़ सकता है। उस भीड़ को टकराव कहा जाता है। यह वही कारण है कि जब आप चलते हैं तो आपका हाथ कमजोर महसूस कर सकता है या पकड़ सकता है।

एक अनपयूज्ड टुकड़ा भी वर्षों तक स्थिर रह सकता है और कुछ भी नहीं कर सकता है। उस कंधे पर दस्तक या गिरने से यह उत्तेजित हो सकता है और एक शांत अंतराल अचानक दर्दनाक हो सकता है।

एक और बात जानने लायक है। बहुत से लोग एक ही समय में ओएस एक्रोमियल और रोटटर कफ की समस्या रखते हैं। दोनों अक्सर एक साथ दिखाई देते हैं, लेकिन एक होने का मतलब यह नहीं है कि दूसरे को आपके दर्द के लिए दोषी ठहराया जाए। यही कारण है कि आपका सर्जन यह तय करने से पहले कि वास्तव में आपके लक्षणों का कारण क्या है, पूरी तस्वीर को देखता है, जिसमें यह भी शामिल है कि आपकी कोमलता कहां है और आपके स्कैन क्या दिखाते हैं।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

मैटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंगों के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपकी स्थिति के अनुरूप कम से कम आक्रामक विकल्पों से शुरू करते हैं। मरीजों को आम तौर पर उनके जीपी द्वारा हमारे क्लिनिक में भेजा जाता है; यदि एक फिजियोथेरेपिस्ट ने सुझाव दिया है कि आप हमें देखें, तो आपको मेडिकेयर छूट के लिए पात्र होने के लिए अपने जीपी से एक रेफरल की आवश्यकता होगी। आपकी पहली यात्रा पर हम एक इतिहास लेते हैं, आपके कंधे की जांच करते हैं, और इमेजिंग की व्यवस्था करते हैं जहां इसकी आवश्यकता होती है। कुछ कोणों से लिया गया एक्स-रे आमतौर पर अस्थि के टुकड़े को दिखाता है। एक स्कैन जोड़ के चारों ओर के टेंडन और ऊतक के बारे में विस्तार से बता सकता है।

एक दर्दनाक ओएस एक्रोमियल के लिए, देखभाल आमतौर पर सर्जरी के बिना शुरू होती है। आप थोड़े समय के लिए कंधे को आराम दे सकते हैं और इसका उपयोग करने का तरीका बदल सकते हैं, जहां तक संभव हो अपने हाथ को कंधे की ऊंचाई से नीचे रखें। फिजियोथेरेपी का उद्देश्य दर्द को कम करना और आपके कंधे को सपोर्ट करने वाली मांसपेशियों में ताकत बनाना है। हम आम तौर पर आप इस एक निष्पक्ष परीक्षण देने के लिए आगे कुछ भी सोचने से पहले पूछना।

दर्द की गोलियाँ और विरोधी भड़काऊ दवा, जो सूजन को कम करती है, आपको एक फ्लेयर के माध्यम से मदद कर सकती है। आपका जी.पी. आपको इस बारे में मार्गदर्शन कर सकता है कि आपके लिए क्या उपयुक्त है।

यदि इन उपायों से आपको पर्याप्त राहत नहीं मिली है, तो सर्जरी पर चर्चा करना उचित हो जाता है। यह ऑपरेशन अस्थि के टुकड़े को कंधे के ब्लेड के बाकी हिस्सों से जोड़ता है ताकि जब आप अपना हाथ उठाएं तो यह आगे नहीं बढ़ सके। हम इसे ठीक होने के दौरान जगह में रखते हैं, एक छोटी धातु की प्लेट या हड्डी पर लपेटी गई ऊतक की पट्टी का उपयोग करते हुए। लक्ष्य एक ठोस जोड़ है जो मांसपेशियों को फिर से एक स्थिर शेल्फ पर खींचने की अनुमति देता है। हम बात करेंगे कि क्या यह ऑपरेशन आपके कंधे पर फिट बैठता है, और निर्णय आप हमारे साथ मिलकर लेते हैं।

क्या उम्मीद करें

अधिकांश अनप्यूज्ड हड्डी के टुकड़े कभी भी परेशानी का कारण नहीं बनते हैं और उन्हें बिल्कुल भी उपचार की आवश्यकता नहीं होती है। यदि आपका वर्षों से शांत रहा है, तो वह ऐसा ही रह सकता है। उस कंधे पर दस्तक या गिरने से यह उत्तेजित हो सकता है, और फिर आराम और सरल उपायों से दर्द फिर से कम हो सकता है।

एक दर्दनाक ओस् अक्रोमियल के लिए, देखभाल आमतौर पर सर्जरी के बिना शुरू होती है। विश्राम, गतिविधि परिवर्तन और फिजियोथेरेपी का उचित प्रयोग कई लोगों के लिए चीजों को सुलझाता है। यदि इन उपायों से आपको पर्याप्त राहत नहीं मिली है, तो कंधे के ब्लेड के बाकी हिस्सों के साथ अनप्यूज्ड टुकड़े को जोड़ने के लिए सर्जरी आपके लक्षणों को कम कर सकती है और आपके कंधे की कार्यप्रणाली में सुधार कर सकती है। उस ऑपरेशन के परिणाम आम तौर पर भरोसेमंद होते हैं जब टुकड़ा बड़ा होता है या बहुत अधिक चलता है।

एक बात जानने लायक अगर आपको कभी एक रिवर्स कुल कंधे प्रतिस्थापन की जरूरत है, एक प्रकार का संयुक्त प्रतिस्थापन जहां गेंद और सॉकेट पदों स्विप कर रहे हैं। चार में से लगभग एक व्यक्ति को उस ऑपरेशन के बाद अनप्यूज्ड हड्डी के टुकड़े पर स्थानीय कोमलता महसूस होती है। उन लोगों के अधिकांश के लिए, यह समय के साथ अपने आप से बसता है। ओस् अक्रोमियल होने से उस सर्जरी के परिणाम भी बाधित नहीं होते हैं।

सर्जरी हर किसी के लिए नहीं है, और यह हमेशा एथलीटों के लिए भी समाधान नहीं है। कुछ कंधे जिनमें एक अनप्यूज्ड टुकड़ा और एक रोटटर कफ की समस्या है, वे सर्जरी के बाद दूसरों की तुलना में कम अच्छा करते हैं, इसलिए आपका सर्जन कुछ भी अनुशंसा करने से पहले आपके साथ इस पर ध्यान से विचार करेगा।

ईमानदार तस्वीर यह है। जब भी आप अपना हाथ ऊपर उठाते हैं, तो एक दर्दनाक अनप्यूज्ड टुकड़ा प्लेयर करता रह सकता है। अच्छी तरह से प्रबंधित, अधिकांश लोगों को राहत मिलती है, या तो गैर-सर्जिकल देखभाल से या सर्जरी से जहां इसकी आवश्यकता होती है। आपका सर्जन आपको बताएगा कि कौन सा पथ आपके कंधे, आपकी गतिविधि और आपके लक्ष्यों के अनुरूप है।

किसी से कब मिलना है

यदि आपके कंधे के ऊपरी भाग के सामने और किनारे दर्द हो रहा है, जो शांत नहीं होता है, विशेष रूप से यदि यह आपके सिर के ऊपर हाथ उठाने पर भड़कता है, तो अपने चिकित्सक से मिलें। यदि उस क्षेत्र को दबाने के लिए संवेदनशील है, आपके कंधे को कमजोर महसूस होता है, या आपके सामने हाथ उठाना मुश्किल हो गया है, तो एक विशेषज्ञ की जांच के लिए कहें। यही बात लागू होती है अगर आराम, अपनी गतिविधियों को बदलना, या स्टेरॉयड इंजेक्शन से मदद नहीं मिली है, या अगर दर्द उस कंधे पर दस्तक या गिरने के बाद शुरू हुआ है। तैरने वाले और फेंकने वाले एथलीटों को भी इस स्थिति के बारे में पूछना चाहिए, जिनके कंधे में दर्द है जिसे फिजियोथेरेपी ने ठीक नहीं किया है। अधिकांश अनप्यूज्ड हड्डी के टुकड़े कभी भी परेशानी का कारण नहीं बनते, इसलिए निदान का मतलब यह नहीं है कि आपको तत्काल उपचार की आवश्यकता है।

अधिक गहराई से

यह अनुभाग आपके स्वयं के उपचार निर्णयों के लिए आवश्यक से अधिक है। ओएस एक्रोमियल अतिरिक्त पढ़ने के लायक है क्योंकि यह लोगों के एक सार्थक अल्पसंख्यक में एक सामान्य शारीरिक संस्करण है, आमतौर पर कुछ भी नहीं होता है, और अक्सर कंधे के दर्द के लिए दोषी ठहराया जाता है जिसके लिए यह जिम्मेदार नहीं है।

यह क्या है और यह कितना आम है

एक्रोमियन, कंधे के ऊपर की हड्डी की छत, हड्डी के कई अलग-अलग केंद्रों से बनती है जो आमतौर पर किशोरावस्था के अंत में या बीस के दशक की शुरुआत में फ्यूज होती है। कुछ लोगों में एक फ्यूज करने में विफल रहता है, एक स्थायी रेशेदार जंक्शन छोड़ देता है। यह एक os acromiale है, और यह अधिग्रहित के बजाय किशोरावस्था से मौजूद है।

जनसंख्या के आधार पर इसका प्रसार भिन्न होता है। का एक बहुकेंद्रीय अध्ययन 6,842 मरीज पाए गए os acromiale **रोटेटर कफ की चोटों से जुड़ा हुआ है**, अध्ययन की गई जापानी आबादी में इसका प्रसार था **गैर-एशियाई आबादी से कम**, और कि टुकड़ा आकार छोटे होने की प्रवृत्ति [1].

कफ की चोट के साथ यह संबंध ध्यान से पढ़ने लायक है। यह स्थापित करता है कि दोनों संयोग से अधिक बार एक साथ होते हैं, यह नहीं कि ओएस आंसू का कारण बनता है। संभावित तंत्र दोनों दिशाओं में चलता है: एक अनफ्यूज्ड टुकड़ा डेल्टाइड खींचने के तहत थोड़ा आगे बढ़ता है, जो के नीचे के टेंडन को परेशान कर सकता है या कंधे के समान यांत्रिकी जो कफ रोग के लिए प्रवण होते हैं, एक अस्थिर टुकड़ा लक्षणात्मक बनाते हैं।

क्या यह दर्द का स्रोत है पूरा सवाल है

क्योंकि यह इमेजिंग पर दिखाई देता है, स्थायी और असामान्य दिखता है, एक ओएस एक्रोमियल आसानी से कंधे के दर्द के लिए रिपोर्ट की गई व्याख्या बन जाता है। अधिकतर चुप हैं, और अधिकतर लोग जिनके पास एक है, उन्हें कभी पता नहीं चलता।

जो लक्षणात्मक को अलग करता है, वह है स्थानीय संवेदना सीधे टुकड़े पर, उस पर दबाकर पुनः उत्पन्न होने वाला दर्द, और, जहां एक नैदानिक इंजेक्शन का उपयोग किया जाता है, विशेष रूप से उस जंक्शन को इंजेक्ट करने से राहत मिलती है, न कि इसके नीचे के उप-अक्षीय स्थान को। इनकी अनुपस्थिति में, निष्कर्ष को सबसे अच्छा आकस्मिक माना जाता है।

उपप्रकारों को परंपरागत रूप से वर्गीकृत किया जाता है जिसके द्वारा संलयन स्थल शामिल है [2], जो सर्जिकल रूप से महत्वपूर्ण है क्योंकि मोबाइल टुकड़े का आकार निर्धारित करता है कि क्या इसे हटाया जा सकता है या इसे ठीक किया जाना चाहिए।

क्यों यह अन्य कंधे की सर्जरी को जटिल बनाता है

एक ओएस एक्रोमाइल का व्यावहारिक महत्व अक्सर अपने स्वयं के लक्षणों के बारे में कम होता है कि यह किसी और चीज के लिए योजनाबद्ध संचालन के लिए क्या करता है।

डेल्टाइड एक्रोमियन से जुड़ा है, इसलिए एक अनफ्यूज्ड टुकड़ा एक मोबाइल जंक्शन के पार खींचता है। अक्रोमियोप्लास्टी के रूप में अंडरसरफेस से हड्डी को हटाने से पहले से ही अस्थिर टुकड़ा पतला हो जाता है, और एक लक्षणहीन संस्करण को दर्दनाक में बदल सकता है या एक गैर-संघ का उत्पादन कर सकता है। यह ऑपरेशन पूर्व इमेजिंग पर पहचाने जाने का सबसे मजबूत कारण है: इसका इलाज करने के लिए नहीं, बल्कि इसे अस्थिर करने से बचने के लिए।

जहां उपचार की आवश्यकता होती है, वहां एक छोटे टुकड़े को काटने और एक बड़े को ठीक करने के बीच विकल्प होता है, और इस जंक्शन के पार निर्धारण मुश्किल होने के लिए जाना जाता है, टुकड़ा पतला होता है, डेल्टाइड उस पर लगातार खींचता है, और गैर-संयोजन दरें सराहनीय होती हैं। यह कठिनाई अपने आप में एक कारण है कि ऑपरेटिंग सिस्टम पर ऑपरेशन करने से पहले वास्तव में दर्द का स्रोत है।

संदर्भ

[1] कोज़ोनो एन, निशी ए, इशितानी ई, मिज़ुकी वाई, किमुरा टी, यामामोटो एस, एट अल। प्रकोप और ओएस एक्रोमाइल से जुड़े कारक: एक बहु-केंद्र अध्ययन। JSES Int. 2025;9(5):1541-5. <https://doi.org/10.1016/j.jseint.2025.05.015>

[2] बोहम टीडी, मैटर एम, ब्राज़्डा डी, गोल्के एफई। रोटेटर कफ के आंसू के साथ जुड़ा एक्रोमाइल ऑपरेटिव रूप से इलाज किया जाता है। 33 रोगियों की समीक्षा। J हड्डी संयुक्त सर्ज ब्र. 2003;85(4):545-9. <https://doi.org/10.1302/0301-620X.85B4.13634>