

டுப்யூட்ரென் நோய்

டுப்யூட்ரென் நோய்: கையில் உள்ள உறுதியான கயிறுகள்
விரல்களை கீழே இழுக்கின்றன.

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



இந்தப் பக்கம் இயந்திரத்தால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது; இன்னும் மருத்துவரால் சரிபார்க்கப்படவில்லை.
ஆங்கிலப் பதிப்பே அதிகாரப்பூர்வமானது.

நீங்கள் என்ன உணர்கிறீர்கள்

டுப்யூட்ரென்ஸ் நோய் என்பது உங்கள் கையில் உள்ள திசுக்களை மாற்றும் ஒரு முற்போக்கான நிலை. உங்கள் கையின் தோலின் கீழ் தடிமனாக அல்லது இறுக்கமான பட்டைகளை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இந்த மாற்றங்கள் மெதுவாக நிகழ்கின்றன, மற்றும் வேகம் உங்களுக்கு தனித்துவமானது. சில மக்கள் ஆண்டுகளில் மாற்றங்களைக் காண்கிறார்கள், மற்றவர்கள் அவற்றை விரைவாகக் கவனிக்கிறார்கள். உங்கள் கையில் ஒரு சிறிய கட்டி அல்லது முட்டை உணரலாம். இது பெரும்பாலும் முதல் அறிகுறியாகும். சில சந்தர்ப்பங்களில், உங்கள் கையின் பின்புறத்திலும் நீங்கள் கொப்புள்களைக் காணலாம்.

நோய் முன்னேறும்போது, இறுக்கமான பட்டைகள் உங்கள் விரல்களை உங்கள் கரத்தை நோக்கி இழுக்கக்கூடும். இது அவற்றை முழுமையாக நேராகச் செய்வது கடினம். உங்கள் மோதிரம் அல்லது சிறிய விரல் உள்நோக்கி சுருங்கத் தொடங்கும் என்பதை நீங்கள் காணலாம். அன்றாட பணிகள் கடினமாகிவிடும். நீங்கள் ஒரு சட்டைக்குள் நுழைக்க போராடலாம், உங்கள் முகத்தை கழுவலாம், அல்லது கையுறைகளை அணியலாம். உங்கள் முதுகுக்குப் பின்னால் ஒரு பிரா அல்லது ஜிப் ஜாக்கெட்டைப் பூட்டுவது சாத்தியமற்றதாகத் தோன்றலாம். உங்கள் கை இனி ஒரு பாக்கெட் அல்லது கையுறைக்குள் பொருந்தாது. இந்த செயல்பாட்டை இழப்பது மருத்துவ ரீதியாக முக்கியமான நோய் என்று மருத்துவர்கள் அழைக்கிறார்கள். இது பொதுவானது, மேலும் இந்த நிலையில் உள்ள பலர் இறுதியில் சிகிச்சையை நாடுகிறார்கள்.

இந்த நிலை ஆண்டுகளில் மிகவும் பொதுவானது, ஆனால் பெண்கள் இதேபோன்ற அறிகுறிகளை அனுபவிக்கிறார்கள். பெண்களுக்கு விரலின் நடுத்தர மூட்டுக்கு அதிக கடுமையான வளைவு ஏற்படலாம், ஆனால் சிகிச்சை முடிவுகள் பொதுவாக ஒரே மாதிரியானவை. ஒரு காரணம் இல்லை, மேலும் இது சிலருக்கு குடும்பங்களில்

இயங்குகிறது. நோய் முற்போக்கானது என்றாலும், அது எப்போதும் விரைவாக மோசமடையாது. பலர் நீண்ட காலமாக லேசான அறிகுறிகளுடன் வாழ்கின்றனர். இருப்பினும், வளைவு உங்கள் வாழ்க்கையில் தலையிடுகிறது என்றால், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உதவ முடியும். அறுவை சிகிச்சை என்பது சிதைவை சரிசெய்யவும் செயல்பாட்டை மேம்படுத்தவும் மிகவும் நம்பகமான வழியாகும். பிற அறுவை சிகிச்சை அல்லாத விருப்பங்களும் உள்ளன. சிறந்த தேர்வு உங்கள் கை எவ்வளவு பாதிக்கப்பட்டுள்ளது மற்றும் உங்கள் அன்றாட வழக்கத்தை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தது.

உண்மையில் என்ன நடக்கிறது

டுப்யூட்ரென்ஸ் நோய் என்பது உங்கள் கரத்தின் சருமத்திற்கு அடியில் இருக்கும் தடிமனான திசுப் பகுதியை பாதிக்கும் ஒரு முற்போக்கான நிலை ஆகும். இந்த திசுப் பகுதியை உங்கள் விரல்கள் சாதாரணமாக நேராக மற்றும் சுதந்திரமாக வளைந்து கொள்ள அனுமதிக்கும் கயிறுகளின் வலையமைப்பாக நினைத்துப் பாருங்கள். டுப்யூட்ரென்ஸ் நோயில், இந்த கயிறுகள் தடிமனாகவும் இறுக்கமாகவும் மாறும். காலப்போக்கில், அவை கடினமான கட்டிகள் அல்லது கயிறுகளை உருவாக்குகின்றன, அவை உங்கள் விரல்களை வளைந்த நிலையில் இழுக்கின்றன.

உங்கள் விரல்களில் உள்ள வளைவுகள் சிகிச்சையளிக்கப்படாவிட்டால் மோசமடையக்கூடும். உங்கள் விரல்களில் உள்ள வளைவுகள் சிகிச்சையளிக்கப்படாவிட்டால், உங்கள் விரல்களில் உள்ள வளைவுகள் மோசமடையக்கூடும்.

மூட்டுக்குள்ளேயே பிரச்சினை இல்லை, ஆனால் அதைச் சுற்றியுள்ள திசுக்களில் உள்ளது. தடித்த ஃபாசியா ஒரு குறுகிய, இறுக்கமான கயிறு போல செயல்படுகிறது. நீங்கள் உங்கள் கையை நேராகச் செய்ய முயற்சிக்கும்போது, இந்த கயிறு எதிர்க்கிறது, வலி அல்லது இறுக்கம் ஏற்படுகிறது. பலருக்கு செயல்பாட்டை பாதிக்காத சிறிய கட்டிகள் இருந்தாலும், மருத்துவ ரீதியாக முக்கியமான நோய் பொதுவானது. பெரும்பாலான நோயறிந்த நபர்கள் சிகிச்சைக்கு உட்படுகிறார்கள், ஏனென்றால் கைகளை அசைப்பது, உங்கள் முகத்தை கழுவுவது அல்லது கையுறைகளை அணிவது போன்ற தினசரி பணிகளில் கோளாறு ஏற்படுகிறது.

இந்த நோயின் பொதுவான விளக்கங்களை சிகிச்சையளிப்பதற்கான சிறந்த வழி குறித்து சர்வதேச கை அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்களிடையே சிறிய உடன்பாடு உள்ளது. ஏனென்றால் இந்த நிலை நபர் முதல் நபர் வரை மிகவும் மாறுபடுகிறது. சில நோயாளிகளுக்கு சிறிய மாற்றங்கள் தேவை, மற்றவர்களுக்கு அதிக தலையீடு தேவை. உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் குறிப்பிட்ட கயிறுகளின் தீவிரத்தை மதிப்பீடு செய்வார், மேலும் அவை உங்கள் இயக்கத்தை எவ்வளவு கட்டுப்படுத்துகின்றன. எந்தவொரு சிகிச்சையின் குறிக்கோள், அறுவை சிகிச்சை அல்லது அறுவை சிகிச்சை அல்லாதது, இந்த இறுக்கமான கயிறுகளை விடுவிப்பதாகும், இதனால் உங்கள் விரல்களை நேராக்கவும் உங்கள் கை செயல்பாட்டை மேம்படுத்தவும் முடியும்.

நாம் என்ன செய்ய முடியும்

டுப்யூட்ரென் நோய் ஒரு முற்போக்கான நிலை, ஆனால் ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் வேகம் தனித்துவமானது. பொதுவான விளக்கக்காட்சிகளுக்கு சிறந்த சிகிச்சை குறித்து சர்வதேச கை அறுவை சிகிச்சையாளர்களிடையே சிறிய உடன்பாடு இருப்பதால், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் குறிப்பிட்ட தேவைகளுக்கு ஏற்ற ஒரு திட்டத்தை வடிவமைப்பார். பலருக்கு, முதல் படி சுய மேலாண்மை மற்றும் சிகிச்சை ஆகும். சிகிச்சை தலையீடுகள் உங்கள் குறிப்பிட்ட பிரச்சினைகளை சரியான தேர்வுகளுடன் இணைக்க உதவுகின்றன. உங்கள் கையை நகர்த்துவதற்கும் இறுக்கத்தை நிர்வகிப்பதற்கும் ஒரு சிகிச்சையாளருடன் நீங்கள் பணியாற்றலாம். நோய் காலப்போக்கில் எவ்வாறு மாறுகிறது என்பதை நீங்கள் கண்காணிக்கும்போது செயல்பாட்டை பராமரிப்பதை இந்த அணுகுமுறை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது.

நீங்கள் வலி அல்லது குறிப்பிடத்தக்க இறுக்கத்தை அனுபவித்தால், மருத்துவ மேலாண்மை பரிசீலிக்கப்படலாம். குறிப்பிட்ட மருந்துகளுக்கான ஆதாரத் தளம் குறைவாக இருந்தாலும், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் அசௌகரியத்திற்கு உதவும் விருப்பங்களைப் பற்றி விவாதிக்கலாம். சில நோயாளிகளுக்கு அறிகுறிகளை நிர்வகிக்க உதவும் ஊசிகள் வழங்கப்படுகின்றன. எடுத்துக்காட்டாக, உயர் ஆற்றல் மையப்படுத்தப்பட்ட உடலுக்கு வெளியே அதிர்ச்சி அலை சிகிச்சை சில சந்தர்ப்பங்களில் வலியைக் குறைப்பதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது, இருப்பினும் ஒரு ஆக்கிரமிப்பு அல்லாத விருப்பமாக அதன் மதிப்பை உறுதிப்படுத்த கூடுதல் ஆராய்ச்சி தேவைப்படுகிறது. கொலாஜனேஸ் ஊசிகள் போன்ற பிற சிகிச்சைகள் கிடைக்கின்றன. கொலாஜனேஸ் க்ளோஸ்ட்ரிடியம் ஹிஸ்டோலிட்டியம் (CCH) என்பது கை செயல்பாட்டை மேம்படுத்துவதற்கான பாதுகாப்பான மற்றும் பயனுள்ள சிகிச்சையாகும். CCH உடன் தொடர்புடைய பெரும்பாலான பாதகமான நிகழ்வுகள் சிறியவை மற்றும் சுயாதீனமாக தீர்க்கும். ஆரம்ப CCH சிகிச்சைக்கு மூன்று ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு நீண்டகால பாதக

அறுவை சிகிச்சை என்பது உங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையை கட்டுப்படுத்தும் முற்போக்கான டுப்யூட்ரென் ஒப்பந்தங்களுக்கான தங்க-தரமான சிகிச்சையாகவே உள்ளது. கன்சர்வேடிவ் பராமரிப்பு அதன் வரம்பை எட்டியபோது அறுவை சிகிச்சை பொதுவாக பரிசீலிக்கப்படுகிறது, மேலும் உங்கள் கையைப் பயன்படுத்துவதற்கான உங்கள் திறனைக் குறைக்கிறது. கிடைக்கக்கூடிய சிறந்த வெளியிடப்பட்ட சான்றுகள், பகுதியளவு அல்லது தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஃபாஸியேக்டோமி வடிவத்தில் அறுவை சிகிச்சை என்பது மிகவும் நம்பகமான முறையாகும் என்பதைக் குறிக்கிறது. இந்த நடைமுறை விரலை சுருள்வதற்கு காரணமாக இருக்கும் இறுக்கமான திசுவை அகற்றுவதை உள்ளடக்கியது. இது 75% வழக்குகளில் முழுமையான அல்லது கிட்டத்தட்ட முழுமையான திருத்தத்தின் அதிக விகிதத்தை அடைகிறது. பல சிகிச்சை விருப்பங்கள் உள்ளன, ஒவ்வொன்றும் அதன் சொந்த சிக்கல் சுயவிவரத்துடன் உள்ளன, எனவே உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்களுக்கு எந்த அணுகுமுறையை சிறந்த நன்மை மற்றும் ஆபத்து சமநிலையை வழங்குகிறது என்பதை விவாதிப்பார்.

எதிர்பார்ப்பது என்ன

டுப்யூட்ரென் நோய் என்பது உங்கள் கரத்தின் சருமத்தின் கீழ் உள்ள திசுக்களை பாதிக்கும் ஒரு முற்போக்கான நிலை ஆகும். இது பொதுவானது, மேலும் நோய் கண்டறியப்பட்ட பெரும்பாலான மக்கள் இறுதியில் சிகிச்சையை நாடுவார்கள். இந்த நோய் தடிமனான திசுக்களின் இசைக்குழுக்களை உருவாக்குகிறது, இது உங்கள் விரல்களை வளைந்த நிலையில் இழுக்கக்கூடும். இது உங்கள் கையை நேராக அல்லது ஒரு மேசையில் தட்டையாக வைப்பதை கடினமாக்குகிறது.

இந்த முன்னேற்றத்தின் வேகம் ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் தனித்துவமானது. சிலருக்கு, மாற்றங்கள் பல ஆண்டுகளாக மெதுவாக நிகழ்கின்றன. மற்றவர்களுக்கு, நிலைமை விரைவாக முன்னேறக்கூடும். உங்கள் விஷயத்தில் அது எவ்வளவு விரைவாக முன்னேறும் என்பதைக் கணிக்க எந்த வழியும் இல்லை. இந்த நோய் மரபணு மற்றும் உங்கள் கொலாஜன் மேட்ரிக்ஸில் மாற்றங்களை உள்ளடக்கியது என்பதால், அது தானாகவே குடியேறாமல் நீடிக்கும்.

நீங்கள் சிகிச்சையைத் தேர்வுசெய்தால், குறிப்பிடத்தக்க செயல்பாட்டு நன்மைகளை நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம். அறுவை சிகிச்சை திருத்தம் அல்லது பிற தலையீடுகள் உங்கள் விரல்களை நேராக்கவும், அன்றாட பணிகளைச் செய்வதற்கான உங்கள் கைகளின் திறனை மேம்படுத்தவும் உதவும். மேம்பட்ட வழக்குகளுக்கு, டெர்மோஃபாஸ்செக்டோமி போன்ற நடைமுறைகள் செயல்பாடு மற்றும் நோய் கட்டுப்பாட்டின் அடிப்படையில் கணிசமான நீண்டகால நன்மைகளை வழங்குகின்றன. நீங்கள் சிகிச்சைக்கு உட்பட்டாலும், நோய் திரும்புவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளது. பயன்படுத்தப்படும் முறையைப் பொறுத்து மறுபரிசீலனை விகிதங்கள் மாறுபடும், ஆனால் சில நேரங்களில் மீண்டும் தலையீடு தேவைப்படுகிறது.

சிகிச்சையளிக்கப்படாவிட்டால், ஒப்பந்தங்கள் மோசமடையக்கூடும். இது உங்கள் முகத்தை கழுவுவது, கையுறைகளை அணிவது அல்லது கைகளை அசைப்பது போன்ற எளிய நடவடிக்கைகளில் அதிகரிக்கும் சிரமத்திற்கு வழிவகுக்கும். சில மக்கள் அறுவை சிகிச்சை அல்லாத விருப்பங்களுடன் அல்லது ஆரம்ப கட்டங்களில் அடுக்குகளுடன் நிர்வகிக்கும்போது, இவை அடிப்படை திசு மாற்றங்களை மாற்றியமைக்காது.

உங்கள் குறிப்பிட்ட சூழ்நிலைக்கு சிறந்த அணுகுமுறையை உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் விவாதிப்பார். ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் முடிவுகள் பொதுவாக ஒத்தவை, இருப்பினும் பெண்கள் நடுத்தர விரல் மூட்டுக்கு கடுமையான ஈடுபாட்டை அனுபவிக்கலாம். இறுதியில், உங்கள் கையின் செயல்பாட்டையும் வசதியையும் முடிந்தவரை பராமரிப்பதே குறிக்கோள்.

யாரையாவது எப்போது பார்க்க வேண்டும்

டுப்யூட்ரென் நோய் ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் தனித்துவமான வேகத்தில் முன்னேறுகிறது. உங்கள் கையில் தடித்த தோல் அல்லது முட்கள் இருப்பதை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இவை உங்கள் விரல்களை வளைந்த நிலையில் இழுக்கக்கூடும். இது உங்கள் கையை நேராக

அல்லது ஒரு பாக்கெட்டில் பொருத்துவது கடினம். இந்த கடினத்தன்மை அன்றாட பணிகள் அல்லது தூக்கத்தில் தலையிடுகிறது என்றால் உங்கள் GP ஐப் பார்க்க வேண்டும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் குறிப்பிட்ட நிலைப்படுத்தும் அமைப்புகளைப் பயன்படுத்துகிறார். சிகிச்சை எவ்வளவு முன்னேறியுள்ளது என்பதை அளவிட உதவுகிறது. பல வழக்குகள் லேசானவை என்றாலும், ஒப்பந்தங்கள் செயல்பாட்டைக் கட்டுப்படுத்தலாம். உங்கள் கையை நேராகச் செய்ய முடியாத வரை காத்திருக்க வேண்டாம். உங்கள் கை பலவீனமடைகிறது அல்லது கடினமாகி வருவதை நீங்கள் உணர்ந்தால் ஒரு நிபுணர் மதிப்பாய்வைக் கேளுங்கள்.