

இடைமுனைப்பு முறிவு (intertrochanteric fracture)

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

நீங்கள் உணர்வது

இடைமுனைப்பு முறிவு (intertrochanteric fracture) என்பது, உங்கள் தொடை எலும்பின் மேற்பகுதியில் — இடுப்பு மூட்டின் உருண்டைக்குச் சற்றே கீழே — ஏற்படும் ஒரு முறிவு. இரண்டு வரிசைத் தசைகள் ஒட்டிக்கொள்ளும், எலும்பின் அகலமான பகுதியிலேயே இது ஏற்படுகிறது. இடுப்பு முறிவுகள் அனைத்திலும் 40% முதல் 50% வரை இந்த வகை முறிவுகளே.

வலி உங்கள் இடுப்பிலும் தொடையின் மேற்பகுதியிலும் ஆழமாக இருக்கும்; அது பெரும்பாலும் இடுப்புச் சந்தை (groin) நோக்கியோ இடுப்பின் பக்கவாட்டை நோக்கியோ பரவும். நிற்பது, நடப்பது, அந்தக் காலின் மீது எடை கொடுப்பது — இவை பொதுவாக வலியை அதிகரிக்கின்றன. அசையாமல் படுத்திருப்பது அதைத் தணிக்கும்; எனினும் இரவிலோ, முதன்முதலில் விழித்து அசைய முயலும்போதோ வலி கூடுவதாகப் பலரும் உணர்கிறார்கள். படுக்கையிலிருந்தோ நாற்காலியிலிருந்தோ எழுவது, குளியலறைக்குள் காலெடுத்து வைப்பது, படிக்கட்டுகளில் ஏறுவது — இவை கடினமாகின்றன; ஏனெனில் உங்கள் இடுப்பு உங்கள் எடையைச் சுமுகமாகத் தாங்காது. உதவியின்றி உங்களால் நடக்கவே முடியாமல் போகலாம்.

இந்த முறிவுகளில் பெரும்பாலானவை ஒரு விழுகைக்குப் பிறகு ஏற்படுகின்றன; சில மெதுவாக உருவாகின்றன. உங்கள் எலும்புகள் மெலிந்திருந்தால் (எலும்புச் சிதைவு நோய் — osteoporosis எனப்படும் நிலை), எந்த விழுகையும் இல்லாமலேயே சாதாரண சுமையின் கீழ் எலும்பு விரிசல் அடையலாம். இந்த அழுத்த வகை முறிவுகள் சாதாரண எக்ஸ்-ரேயில் எளிதாகத் தவறவிடப்படுகின்றன; அவற்றைத் தெளிவாகப் பார்க்கச் சில சமயங்களில் ஒரு ஸ்கேன் தேவைப்படுகிறது.

இடுப்பைச் சுற்றி வீக்கமும் சிராய்ப்புத் தழும்பும் (bruising) பொதுவானவை. உங்கள் கால் குட்டையாகவோ வெளிப்புறமாகத் திரும்பியோ தோன்றலாம்; ஏனெனில் முறிந்த எலும்பால் அந்த அவயவத்தை இனி நேர்கோட்டில் பிடித்து வைக்க முடியாது.

இடுப்பு பெரிய இரத்தக் குழாய்களுக்கு அருகில் இருக்கிறது; இந்த முறிவுகளில் நீங்கள் எதிர்பார்ப்பதைவிட அதிக இரத்தம் இழக்கப்படலாம். அதனால் நீங்கள் சோர்ந்துபோனதாகவோ தலை சுற்றுவதாகவோ உணரலாம். நீங்கள் வயதானவராக இருந்தாலோ, இதயம் அல்லது நினைவாற்றல் சார்ந்த பிரச்சினைகள் இருந்தாலோ, நீங்கள் எப்படி மீள்வீர்கள் என்பதில் முறிவு எந்த அளவுக்கு முக்கியமோ அந்த அளவுக்கு உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலமும் முக்கியம்.

ஒரு விழுகைக்கோ தடுமாற்றத்துக்கோ பிறகு உங்களால் நிற்க முடியவில்லை என்றாலோ, காலின் மீது எடை கொடுக்க முடியவில்லை என்றாலோ, உடனடியாகப் பரிசோதிக்கப்பட ஏற்பாடு செய்யுங்கள்.

உண்மையில் என்ன நடக்கிறது

உங்கள் இடுப்பு மூட்டு ஒரு உருண்டை-குழி மூட்டு (ball-and-socket joint). உருண்டை உங்கள் தொடை எலும்பின் உச்சியில் அமர்ந்திருக்கிறது; அதற்குச் சற்றே கீழே எலும்பு குறுகி ஒரு கழுத்தாக (neck) மாறி, பிறகு மீண்டும் அகலமாகிறது. அந்த அகலமான பகுதியில் உள்ள இரண்டு முனைப்புகள் ட்ரோக்காண்டர்கள் (trochanters) என்று அழைக்கப்படுகின்றன. உங்கள் இடுப்புத் தசைகள் ஒட்டிக்கொள்ளும் நங்கூரப் புள்ளிகள் அவை. அந்த இரண்டு முனைப்புகளுக்கு இடையே உள்ள எலும்பில் ஏற்படும் முறிவே இடைமுனைப்பு முறிவு.

எலும்பின் இந்தப் பகுதி இடுப்பு மூட்டின் உறைக்கு (joint capsule) வெளியே இருக்கிறது; அதற்கு வளமான இரத்த வழங்கல் உண்டு. இது இரண்டு வகைகளில் முக்கியம். ஒன்று, முறிவில் நீங்கள் எதிர்பார்ப்பதைவிட அதிக இரத்தப்போக்கு ஏற்படலாம் — மேலே விவரிக்கப்பட்ட சோர்வான உணர்வுக்கு இதுவே காரணம். இரண்டு, முறிந்த துண்டுகள் சரியான இடத்தில் பிடித்து வைக்கப்பட்டதும் இந்தப் பகுதி பொதுவாக நன்றாகக் குணமடைகிறது; ஏனெனில் முறிவுக்கு ஏராளமான இரத்தம் சென்றடைகிறது.

எலும்பு முறியும்போது, அந்த முனைப்புகளில் ஒட்டியிருக்கும் தசைகள் துண்டுகளைத் தொடர்ந்து இழுத்துக்கொண்டே இருக்கின்றன. ஒரு தொகுதித் தசைகள் எலும்பை மேல்நோக்கியும் வெளிப்புறமாகவும் இழுக்கின்றன; இன்னொரு தொகுதி அதைக் கீழ்நோக்கியும் உட்புறமாகவும் இழுக்கிறது. இதன் விளைவாக முறிந்த முனைகள் வரிசையிலிருந்து விலகி நழுவுகின்றன; உங்கள் கால் குட்டையாகவோ வெளிப்புறமாகத் திரும்பியோ தோன்றுவதற்கான காரணம் இதுதான். எலும்பு எவ்வளவு தூரம் இடம் நகர்ந்துள்ளது என்பது, அதன் வழியாக எவ்வளவு விசை சென்றது என்பதைப் பொறுத்தது. எலும்பின் ஒரு பெரிய துண்டு கீழ் முனைப்பிலிருந்து இழுக்கப்பட்டு விலகிவிடும் முறிவு, அந்தத் துண்டு தன் இடத்திலேயே நிலைத்திருக்கும் முறிவைவிட அமைதியடைய அதிக காலம் எடுக்கும்; எனினும் அந்த வேறுபாடு காலப்போக்கில் மங்கிவிடும்.

ஒரு விழுகை உங்கள் முழு உடல் எடையையும் தொடை எலும்பின் உச்சியின் வழியாகச் செலுத்தும்போதே இந்த முறிவுகளில் பெரும்பாலானவை ஏற்படுகின்றன. எலும்புச் சிதைவு நோயால் உங்கள் எலும்புகள் மெலிந்திருந்தால், எலும்பின் உட்புறச் சாரம் வலுக்குறைந்திருக்கும்; எனவே எந்த விழுகையும் இல்லாமலேயே சாதாரண சுமை அதை விரிசலடையச் செய்யலாம்.

முறிவு மூட்டுக்கு வெளியே அமைந்திருப்பதால், இடுப்பின் வழுவழுப்பான குருத்தெலும்பு (cartilage) மேற்பரப்பு பொதுவாகச் சேதமடைவதில்லை. பிரச்சினை முறிந்த எலும்பும் அதைச் சுற்றி இழுக்கும் தசைகளுமே; மூட்டு மேற்பரப்பு அல்ல.

இதற்கு நாங்கள் என்ன செய்ய முடியும்

பெரும்பாலான இடைமுனைப்பு முறிவுகளுக்கு அறுவை சிகிச்சை தேவை; காயம் ஏற்பட்ட பிறகு விரைவிலேயே அதை நாங்கள் பொதுவாகப் பரிந்துரைக்கிறோம். அறுவை சிகிச்சைக்கு முன், உங்கள் இடுப்பின் எக்ஸ்-ரேகள் எலும்பு எங்கே முறிந்துள்ளது, துண்டுகள் எவ்வளவு தூரம் நகர்ந்துள்ளன என்பதைக் காட்டுகின்றன. எக்ஸ்-ரேகள் போதுமான விவரங்களைத் தரவில்லை என்றால், CT ஸ்கேன் முறிவை முப்பரிமாணத்தில் வரைபடமாக்கி, பழுதுபார்ப்பைத் திட்டமிட உதவும். சாதாரண எக்ஸ்-ரேயில் தென்படாத ஒரு மறைந்த விரிசலை நாங்கள் சந்தேகித்தால், MRI ஸ்கேன் அதைத் தெளிவாகக் காட்ட முடியும்.

எலும்பு குணமடையும்போது அதைச் சரியான இடத்தில் அறுவை சிகிச்சை பிடித்து வைக்கிறது; அதனால் உங்கள் இடுப்புத் தசைகள் மீண்டும் இயங்க முடியும், காலின் மீது நீங்கள் எடையும் கொடுக்க முடியும். மிகவும் பொதுவான தேர்வு, உங்கள் தொடை எலும்பின் நடுவே கீழ்நோக்கிச் செலுத்தப்படும் ஓர் உலோக ஆணி (nail); அதனுடன் இணைந்த ஒரு திருகாணி உருண்டை முனையைப் பற்றிப் பிடித்து, எலும்பு ஒட்டிக்கொள்ளும்போது அது நழுவி இறுகி அமர அனுமதிக்கிறது. சில உறுதியான முறிவுகளுக்கு, எலும்பின் வெளிப்புறத்தில் பொருத்தப்படும் ஒரு தகடும் திருகாணிகளும் அதே அளவுக்கு நன்றாகவே செயல்படுகின்றன; அறுவை சிகிச்சையின்போது இரத்த இழப்பும் குறைவாக இருக்கும். உங்கள் முறிவின் வடிவம், உங்கள் எலும்பின் தரம், உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலம் ஆகியவற்றைப் பொறுத்தே இந்தத் தேர்வு அமைகிறது. முறிவு மோசமாக இடம் நகர்ந்திருந்து உங்கள் எலும்புகளும் மெலிந்திருந்தால், அல்லது உங்களுக்கு வயது 75-க்கு மேல் இருந்தால், எலும்பைப் பொருத்துவதற்குப் பதிலாக இடுப்பு மூட்டின் ஒரு பகுதியை மாற்றுவது குறித்து நாங்கள் விவாதிக்கலாம். எந்தத் தேர்வு உங்களுக்குப் பொருந்தும் என்பதை நாங்கள் விளக்குவோம்; முடிவை நாம் இணைந்து எடுப்போம்.

முறிவு எந்த அளவுக்கு முக்கியமோ அந்த அளவுக்கு உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலமும் முக்கியம். அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்னும் பின்னும் இதய நோய் அல்லது நுரையீரல் நோய் போன்ற உடல்நலக் கோளாறுகளை நிர்வகிக்க உங்கள் GP-யுடனும் மற்ற மருத்துவர்களுடனும் நாங்கள் இணைந்து பணியாற்றுகிறோம்; பொருத்தமான இடங்களில் மெலிந்த எலும்புகளுக்கு எலும்புச் சிதைவு நோய் மருந்தையும் அளிக்கிறோம். இந்தக் குழு அணுகுமுறை சிக்கல்களின் அபாயத்தைக் குறைக்க உதவுகிறது; மருத்துவமனையில் நீங்கள் தங்கும் காலத்தையும் குறைக்கிறது.

சில சூழ்நிலைகளில் வேறு வழிகளும் உண்டு. அறுவை சிகிச்சை உங்களுக்கு மிகுந்த அபாயத்தைக் கொண்டிருந்தால், சில சமயங்களில் அறுவை சிகிச்சையின்றியே முறிவை நிர்வகிக்க முடியும்; ஆனால் இதற்குக் கவனமான செவிலியர் பராமரிப்பும், நீண்ட காலம் காலின் மீது எடை கொடுக்காமல் இருப்பதும் தேவை. ஒருபோதும் சிகிச்சை அளிக்கப்படாத சில பழைய முறிவுகளுக்கும், சிறிய, குறைந்த ஊடுருவலுள்ள (minimally invasive) ஒரு சிகிச்சை

முறையால் உதவ முடியும். முந்தைய அறுவை சிகிச்சை தோல்வியடைந்திருந்தால், மேலும் சில அறுவை சிகிச்சைகள் மூலம் பொதுவாக இடுப்பை மீண்டும் கட்டியமைக்க முடியும்.

இந்த வகை இடுப்பு முறிவுக்குப் பிறகான ஓராண்டு இறப்பு விகிதங்கள் 10% முதல் 30% வரை இருக்கின்றன. உங்கள் வயது, காயத்துக்கு முன் உங்கள் உடல்நலம், அதற்கு முன் நீங்கள் எவ்வளவு நன்றாக நடமாடினீர்கள் என்பவை அனைத்தும் அந்த வரம்பில் நீங்கள் எங்கே இருப்பீர்கள் என்பதை வடிவமைக்கின்றன. உடனடி அறுவை சிகிச்சையும் பகிரப்பட்ட பராமரிப்பும் அந்த அபாயங்களைக் குறைவாக வைத்திருப்பதையே நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன.

என்ன எதிர்பார்க்கலாம்

இந்த முறிவுகள் பொதுவாக நன்றாகக் குணமடைகின்றன; ஏனெனில் வளமான இரத்த வழங்கல் உள்ள தொடை எலும்பின் ஒரு பகுதியிலேயே முறிவு அமைந்துள்ளது. துண்டுகள் இடத்தில் பிடித்து வைக்கப்பட்டதும், எலும்பு ஒட்டிக்கொள்கிறது; உங்கள் இடுப்புத் தசைகளும் மீண்டும் இயங்கத் தொடங்க முடியும். வலிமையும் நடையும் இயல்புக்குத் திரும்புவதற்கு நெடுங்காலம் முன்பே வலி தணிவதைப் பெரும்பாலானோர் கவனிக்கிறார்கள்.

மீட்சிக்குக் காலம் தேவை; அதை நேர்மையாகச் சொல்ல வேண்டும். இந்தக் காயத்துக்குப் பிறகு நடக்கும் திறனும், உடை அணிதல் குளித்தல் போன்ற அன்றாட வேலைகளும் பெரும்பாலும் தெளிவாகப் பின்னடைவைச் சந்திக்கின்றன. சிலருக்கு மற்றவர்களைவிட நீண்ட காலம் மறுவாழ்வுப் பயிற்சி (rehabilitation) தேவைப்படுகிறது; குறிப்பாக முறிவு மோசமாக இடம் நகர்ந்திருந்தால், அல்லது உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலம் ஏற்கெனவே பாதிக்கப்பட்டிருந்தால். சுமுகமான மீட்சிக்கும் கடினமான மீட்சிக்கும் இடையிலான வேறுபாடு காலப்போக்கில் மங்கிவிடும் தன்மை கொண்டது. அதன் பிறகு இடுப்பு வலி பொதுவாக முக்கியப் பிரச்சினையாக இருப்பதில்லை. உங்கள் நடையையும் தன்னிச்சையான வாழ்க்கையையும் மீட்டெடுப்பதே பெரிய சவால்.

முறிவு எந்த அளவுக்கு உங்கள் எதிர்கால நிலையை வடிவமைக்கிறதோ அந்த அளவுக்கு உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலமும் வடிவமைக்கிறது. வயது, இதயச் செயலிழப்பு (heart failure), நினைவாற்றல் பிரச்சினைகள், மெலிந்த எலும்புகள், இரத்தத்தில் குறைந்த புரத அளவு — இவை அனைத்தும் அடுத்த ஆண்டு எப்படிச் செல்லும் என்பதைப் பாதிக்கின்றன. உங்களுக்கு ஒரே நேரத்தில் பல உடல்நலக் கோளாறுகள் இருந்தால், மீட்சி கடினமாகிறது, அபாயங்களும் அதிகம். அதனால்தான் நாங்கள் எலும்புக்கு மட்டுமல்லாமல், முழு மனிதருக்கும் சிகிச்சை அளிக்கிறோம்.

முறிவைச் சிகிச்சையின்றி விட்டுவிட்டால், எதிர்கால நிலை மோசமாக இருக்கும். உங்கள் இடுப்புத் தசைகளின் இழுவையால் முறிந்த முனைகள் தொடர்ந்து வரிசையிலிருந்து விலகி நழுவிக்கொண்டே இருக்கும்; எலும்பால் உங்கள் எடையைத் தாங்க முடியாது. இழுவைச் சிகிச்சையால் (traction) மட்டும் நல்ல முடிவுகளை அடைய முடியாது; எனவே அறுவை சிகிச்சையின்றி நீண்ட காலம் காலின் மீது எடை கொடுக்காமல் இருப்பது, பயன்படுத்தக்கூடிய நிலையில் எலும்பு குணமடைவதற்கு வழிவகுப்பதில்லை.

அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்டால், பெரும்பாலான முறிவுகள் ஒட்டிக்கொள்கின்றன; உலோகமும் தன் இடத்திலேயே நிலைத்திருக்கிறது. ஒரு சிறிய எண்ணிக்கையினருக்கு மேலும் ஓர் அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது; முதல் பழுதுபார்ப்பு தோல்வியடைந்தால், மூட்டு மாற்று அறுவை சிகிச்சை (joint replacement) மூலம் பொதுவாக இடுப்பை மீண்டும் கட்டியமைக்க முடியும். அந்த இரண்டாவது அறுவை சிகிச்சை முதலாவதைவிடச் சிக்கலானது; ஆனால் முடிவுகள் பொதுவாகத் திருப்திகரமாகவே இருக்கின்றன, பெரும்பாலான உள்பொருத்துகளும் (implants) அதன் பிறகு பல ஆண்டுகளுக்குத் தங்கள் இடத்திலேயே நிலைத்திருக்கின்றன.

யதார்த்தமான இலக்குகளை வையுங்கள். உடனடித் தீர்வை அல்ல, வாரங்களும் மாதங்களும் நீடிக்கும் சீரான முன்னேற்றத்தை எதிர்பாருங்கள்; நல்ல நாட்களையும் சோர்வான நாட்களையும் எதிர்பாருங்கள்; எலும்பு ஒட்டிக்கொண்ட நெடுங்காலத்துக்குப் பிறகும் உங்கள் சிகிச்சைக் குழு உங்களுடன் தொடர்ந்து பணியாற்றும் என்று எதிர்பாருங்கள்.

எப்போது மருத்துவரைப் பார்க்க வேண்டும்

ஒரு விழுகைக்குப் பிறகு உங்களால் நிற்க முடியவில்லை என்றாலோ, காலின் மீது எடை கொடுக்க முடியவில்லை என்றாலோ, அல்லது உங்கள் கால் குட்டையாகவோ வெளிப்புறமாகத் திரும்பியோ தோன்றினாலோ, உடனடியாக அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்லுங்கள். இந்த முறிவுகளுக்கு அதே நாளில் பரிசோதனை தேவை. நீங்கள் சோர்ந்துபோனதாகவோ தலை சுற்றுவதாகவோ உணர்ந்தால் அவசரப் பரிசோதனையைக் கேளுங்கள்; அது இடுப்புக்குள் இரத்தம் இழக்கப்படுவதைக் குறிக்கலாம். ஒரு விழுகைக்குப் பிறகு வலி தணியவில்லை என்றால், குறிப்பாக உங்கள் எலும்புகள் மெலிந்திருந்தால், தாமதிக்காமல் உங்கள் GP-யைச் சந்தியுங்கள்; ஏனெனில் இந்த விரிசல்களில் சில சாதாரண எக்ஸ்-ரேயில் அரிதாகவே தெரிகின்றன. ஏற்கெனவே அறுவை சிகிச்சை செய்துகொண்ட நிலையில் புதிதாக இடுப்பு வலி, அதிகரிக்கும் பலவீனம் அல்லது நடப்பதில் சிரமம் ஏற்பட்டால், நிபுணரின் பரிசோதனையைக் கேளுங்கள். இதயச் செயலிழப்பு அல்லது நினைவாற்றல் பிரச்சினைகள் போன்ற பல உடல்நலக் கோளாறுகள் உங்களுக்கு இருந்தால், சிகிச்சை அளிக்கும் குழுவிடம் ஆரம்பத்திலேயே சொல்லுங்கள்; ஏனெனில் முறிவு எந்த அளவுக்கு உங்கள் மீட்சியை வடிவமைக்கிறதோ அந்த அளவுக்கு உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலமும் வடிவமைக்கிறது.