

தொடை எலும்புக் கழுத்து முறிவு (neck of femur fracture)

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

நீங்கள் உணர்வது

தொடை எலும்புக் கழுத்து முறிவு (neck of femur fracture) என்றால், மூட்டின் உருண்டைக்குச் சற்றே கீழே உங்கள் இடுப்பில் உள்ள எலும்பு விரிசல் அடைந்துவிட்டது என்று பொருள். வலி பொதுவாக இடுப்புச் சந்தில் (groin), இடுப்பின் வெளிப்புறத்தில், அல்லது தொடையின் முன்பக்கமாகக் கீழ்நோக்கி உணரப்படுகிறது. அந்தக் காலின் மீது உங்களால் எடை கொடுக்க முடியாத அளவுக்கு அது பெரும்பாலும் கடுமையாக இருக்கும்.

அந்தக் கால் மற்றொன்றைவிடக் குட்டையாகத் தோன்றலாம்; பாதம் வெளிப்புறமாகத் திரும்பியிருக்கலாம். இந்த இரண்டு அறிகுறிகளும் ஏற்படுவதற்குக் காரணம், முறிந்த எலும்புத் துண்டுகள் தங்கள் இடத்திலிருந்து நகர்ந்துவிட்டதே.

சில சமயங்களில் முறிவு சிறிதும் இடம் நகர்ந்திருக்காது. இந்த விரிசல்களைக் கண்டறிவது கடினமாக இருக்கலாம்; வலியும் மிதமாக இருக்கலாம். உங்களால் இன்னும் நடக்க முடியலாம், அல்லது சிறிது தூரம் நொண்டி நடக்க முடியலாம். காலை அசைக்கும்போது, நாற்காலியிலிருந்து எழும்போது, அல்லது படிக்கட்டுகளில் ஏறும்போது இடுப்புச் சந்து வலியோ இடுப்பு வலியோ பெரும்பாலும் கூடுகிறது. அந்தக் காலில் மட்டும் நிற்பதும் பொதுவாக வலிக்கும்.

சில முறிவுகள் ஒரு விழுகைக்கோ பலமான அடிக்கோ பிறகு ஏற்படுகின்றன. மற்றவை அழுத்த முறிவுகள் (stress fractures) — ஒரே காயத்திலிருந்து வராமல், காலப்போக்கில் படிப்படியாக உருவாகும் சிறு விரிசல்கள். அழுத்த முறிவில், செயல்பாட்டின்போது வலி வந்து ஓய்வில் தணியும் தன்மை கொண்டது; இரவிலோ, உட்கார்ந்த அல்லது படுத்த பிறகு முதன்முதலில் அசையத் தொடங்கும்போதோ அது வலிக்கலாம்.

வலுவான இடுப்பு தேவைப்படும் அன்றாட வேலைகள் கடினமாகின்றன. கழிப்பறையில் அமர்வதும் எழுவதும், குளியலறைக்குள் காலெடுத்து வைப்பதும், கடிதப் பெட்டி வரை நடப்பதும், ஒரு கூடை பொருட்களைச் சுமப்பதும் — இவை அனைத்தும் மிகக் கடினமாக

இருக்கலாம். காலுறைகளையும் காலணிகளையும் அணிவதற்குக் காலை உயர்த்த முடியவில்லை என்பதை நீங்கள் உணரலாம்.

நீங்கள் விழுந்திருந்து உங்கள் இடுப்பு வலி தணியவில்லை என்றாலோ, எடை தாங்க முடியவில்லை என்றாலோ, உடனடியாக மருத்துவ உதவியை நாடுங்கள். இந்த முறிவுகளில் சில முதல் எக்ஸ்-ரேயில் தென்படுவதில்லை. வலி தொடர்ந்தால், முறிவு இடம் நகர்வதற்கு முன் அதைக் கண்டறிய மேலும் சில ஸ்கேன்கள் தேவைப்படலாம்.

உண்மையில் என்ன நடக்கிறது

உங்கள் இடுப்பு மூட்டு ஒரு உருண்டை-குழி மூட்டு (ball-and-socket joint). உருண்டை உங்கள் தொடை எலும்பின் உச்சியில் அமர்ந்திருக்கிறது; அந்த உருண்டையைத் தொடையின் மற்றப் பகுதியுடன் இணைக்கும் குட்டையான எலும்புத் துண்டு தொடை எலும்புக் கழுத்து (femoral neck) என்று அழைக்கப்படுகிறது. அந்தக் குட்டையான இணைப்புத் துண்டின் வழியே ஏற்படும் விரிசலே தொடை எலும்புக் கழுத்து முறிவு.

பால்கனியைத் தாங்கிப் பிடிக்கும் தூண் போல, உங்கள் உடலுக்கும் காலுக்கும் இடையிலான சுமை முழுவதையும் இந்தக் கழுத்தே சுமக்கிறது. அது ஓர் இறுக்கமான திசு உறையாலும் சுற்றப்பட்டிருக்கிறது; அந்த உறைக்குள்ளேயே மூட்டின் உருண்டைக்கான இரத்த வழங்கல் செல்கிறது. மற்ற எலும்பு முறிவுகளிலிருந்து இந்த முறிவுகளை வேறுபடுத்துவது இதுவே. கழுத்து விரிசல் அடையும்போது, உருண்டைக்கு இரத்தம் கொண்டு செல்லும் குழாய்கள் இழுபடலாம், நசுக்கப்படலாம் அல்லது கிழியலாம். இரத்தம் இல்லாமல் எலும்பு ஆரோக்கியமாக இருக்கவும் முடியாது, நன்றாகக் குணமடையவும் முடியாது.

இரண்டு வகை முறிவுகளும் ஏன் இவ்வளவு வேறுபட்ட முறையில் நடந்துகொள்கின்றன என்பதற்குக் காரணம் இதுதான். துண்டுகள் இடம் நகராமல் இருந்தால், இரத்த வழங்கல் பொதுவாக இன்னும் இயங்கிக்கொண்டிருக்கும்; எலும்பும் ஓட்டிக்கொள்ள முடியும். துண்டுகள் இடம் நகர்ந்திருந்தால், குழாய்கள் சேதமடைந்திருக்கும் வாய்ப்பு அதிகம்; மூட்டின் உருண்டை அபாயத்தில் இருக்கிறது. இந்த முறிவுகளில் தோராயமாக நான்கில் மூன்றில், உருண்டைக்கான இரத்த ஓட்டம் ஓரளவு இழக்கப்படுகிறது; எனினும் அவற்றில் பெரும்பாலானவற்றில் சுமார் 6 வாரங்களுக்குள் அந்த ஓட்டம் திரும்பிவிடுகிறது.

மற்ற எலும்புகளைவிட இங்கே குணமடைதலும் மெதுவானது. கழுத்து அந்த இறுக்கமான உறைக்குள் அமர்ந்திருப்பதால், மற்ற முறிவுகள் ஓட்டிக்கொள்ளும்போது நீங்கள் காணும் தடிமனான, பசை போன்ற கால்லஸ் (callus) திசுவை முறிந்த முனைகளால் உருவாக்க முடியாது. எலும்பு உள்ளிருந்தே குணமடைய வேண்டும்; அதாவது, பழுதுபார்ப்பு வெற்றியடைய வேண்டுமானால் துண்டுகள் மிகவும் அசையாமல், நன்றாக வரிசைப்படுத்தப்பட்டுப் பிடித்து வைக்கப்பட வேண்டும்.

இந்த முறிவுகள் முக்கியத்துவம் பெறுவதற்கு இன்னொரு காரணமும் உண்டு. எலும்பு மெலிந்து வலுக்குறைந்த இடங்களிலேயே அவை பெரும்பாலும் ஏற்படுகின்றன; எனவே இந்த முறிவு ஒரு தனிக் காயம் மட்டுமல்ல, பலவீன எலும்பின் அறிகுறியும் கூட. மேலும், முறிந்த துண்டுகள் இடம் நகரும்போது, கால் குட்டையாகி, பாதம் வெளிப்புறமாகத்

திரும்பிவிடலாம் — மேலே உள்ள பகுதியில் நீங்கள் கவனித்திருக்கக்கூடியது சரியாக இதுவே.

இதற்கு நாங்கள் என்ன செய்ய முடியும்

முதலில் எக்ஸ்-ரே. எக்ஸ்-ரே இயல்பாகத் தெரிந்தும் உங்கள் வலி தொடர்ந்தால், CT ஸ்கேனையோ MRI ஸ்கேனையோ நாங்கள் பரிந்துரைக்கலாம்; ஏனெனில் இந்த முறிவுகளில் சில முதல் படங்களில் தென்படுவதில்லை.

முறிந்த இடுப்பு ஒரு கட்டமைப்புக் காயம்; எனவே பெரும்பாலானோருக்கு, முதலில் ஓய்வையும் இயன்முறை சிகிச்சையையும் முயற்சிப்பதைவிட, உடனடியாகவே அறுவை சிகிச்சை பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. எலும்பு உள்ளிருந்து குணமடையும் வகையில் முறிந்த துண்டுகளை அசையாமல், நன்றாக வரிசைப்படுத்திப் பிடித்து வைப்பதும், மூட்டின் உருண்டைக்கான இரத்த வழங்கலைப் பாதுகாப்பதுமே சிகிச்சையின் நோக்கம். சிறிதும் இடம் நகராத ஒரு சிறிய விரிசல் உள்ள சிலருக்கு, அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் எலும்பு குணமடையும்படி விடுவது குறித்து நாங்கள் விவாதிக்கலாம். அந்த வழியில் 4 முதல் 6 வாரங்கள் வரை காலின் மீது எடை கொடுக்காமல் இருக்க வேண்டும்; பிற்பாடு முறிவு இடம் நகர்ந்து எப்படியும் அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படும் வாய்ப்பும் உண்மையிலேயே உள்ளது. இதை நாம் இணைந்து எடைபோடுவோம்.

அறுவை சிகிச்சையே திட்டம் என்றால், உங்கள் வயது, முறிவின் வகை, துண்டுகள் இடம் நகர்ந்துள்ளனவா என்பதைப் பொறுத்தே தேர்வு அமைகிறது. இளையவர்களுக்கும், வேலையிலோ விளையாட்டிலோ இன்னும் சுறுசுறுப்பாக இருப்பவர்களுக்கும், உங்கள் சொந்த மூட்டின் உருண்டையைக் காப்பாற்றுவதையே நாங்கள் நோக்கமாகக் கொள்கிறோம். எலும்பு வரிசைப்படுத்தப்பட்டு உலோகத்தால் — பெரும்பாலும் திருகாணிகளால், அல்லது தொடையின் இந்தப் பகுதிக்கென உருவாக்கப்பட்ட தகடு-திருகாணி சாதனத்தால் — பிடித்து வைக்கப்படுகிறது. சில முறிவுகளுக்கு, குறிப்பாகத் துண்டுகள் இடம் நகர்ந்திருக்கும்போது அல்லது எலும்பு பலவீனமாக இருக்கும்போது, அதற்குப் பதிலாக இடுப்பு மூட்டின் ஒரு பகுதியையோ முழுவதையோ மாற்றுமாறு நாங்கள் பரிந்துரைக்கலாம். முதல் அறுவை சிகிச்சை பலனளிக்காவிட்டால், இடுப்பை மாற்றுவது அப்போதும் நன்கு பொறுத்துக்கொள்ளப்படும், பயனுள்ள ஒரு தேர்வாகவே இருக்கிறது. உங்கள் காயத்துக்கு எந்தத் தேர்வு பொருந்தும் என்பதை நாங்கள் விரிவாக விளக்குவோம்; முடிவை நீங்கள் எங்களுடன் இணைந்து எடுப்பீர்கள்.

என்ன எதிர்பார்க்கலாம்

எதிர்கால நிலை உங்கள் வயது, முறிவின் வகை, துண்டுகள் இடம் நகர்ந்துள்ளனவா என்பதைப் பொறுத்தது. பெரும்பாலானோருக்குச் சிகிச்சை வெற்றிகரமாக அமைகிறது; பலரும் காயத்துக்கு முன் செய்துகொண்டிருந்த செயல்பாடுகளுக்குத் திரும்புகிறார்கள். மீட்சி படிப்படியானது. வாரங்களும் மாதங்களும் செல்லச் செல்ல, வலி தணிவதையும், உங்கள் வலிமை கூடுவதையும், உங்கள் நடை படிப்படியாக மேம்படுவதையும் நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம்.

நேர்மையாக வகுக்க வேண்டிய எல்லைகளும் உள்ளன. சிலருக்கு முன்பு இருந்ததைவிட இடுப்பின் செயல்திறன் குறைவாகவே இருக்கும்; ஒரு சிலருக்குப் பிற்பாடு மேலும் அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது. மூட்டின் உருண்டை தன் இரத்த வழங்கலை இழந்தாலோ, எலும்பு உள்ளுக்குள் அமிழ்ந்த நிலையில் அமர்ந்துவிட்டாலோ, முடிவு மோசமாக இருக்கும். 15 mm-க்கும் மேலான அமிழ்வு, குணமடைதல் சார்ந்த பிரச்சினைகளுடனும் அதிக செயல்திறன் இழப்புடனும் தொடர்புடையது. இடுப்பு முறிவுக்குப் பிறகு தோராயமாக 6 பேரில் 1 பேர் குறைந்தது 10 ஆண்டுகள் வாழ்கிறார்கள்; இது முறிவின் தன்மையைவிட, இடுப்பு முறியும் பலரின் வயதையும் ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தையுமே பிரதிபலிக்கிறது.

முறிந்த இடுப்பைச் சிகிச்சையின்றி விட்டுவிடுவது அரிதாகவே பாதுகாப்பான தேர்வாக இருக்கும். துண்டுகள் இடம் நகர்ந்திருந்தால், காத்திருப்பது இரத்த வழங்கலுக்கு ஏற்படும் சேதத்தை மேலும் முற்றச் செய்யும்; எனவே மூட்டைப் பாதுகாக்கவும் செயல்திறனை மேம்படுத்தவும் இந்த முறிவுகளுக்கு அவசர அடிப்படையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. இடம் நகராத ஒரு விரிசலுக்கும் தெளிவான திட்டம் தேவை; ஏனெனில் அது பிற்பாடு இடம் நகரலாம். மேலும், ஏற்கெனவே மெலிந்திருக்கும் எலும்பிலேயே இந்த முறிவுகள் ஏற்படும் தன்மை உண்டு; எனவே இந்த முறிவு ஒரு தனிக் காயம் மட்டுமல்ல, பலவீன எலும்பின் அறிகுறியும் கூட. எலும்பை வலுப்படுத்துவது, உங்கள் மற்றொரு இடுப்பையும் உங்கள் நீண்டகால உடல்நலத்தையும் பாதுகாப்பதன் ஒரு பகுதியே.

உங்கள் குறிப்பிட்ட காயத்துக்கு ஆதாரம் எதை ஆதரிக்கிறது என்பதையும், உங்களுக்கு யதார்த்தமான ஒரு மீட்சி எப்படி இருக்கும் என்பதையும் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் விரிவாக விளக்குவார்.

எப்போது மருத்துவரைப் பார்க்க வேண்டும்

நீங்கள் விழுந்திருந்தாலோ பலமான அடி பட்டிருந்தாலோ, அந்தக் காலின் மீது உங்களால் எடை கொடுக்க முடியவில்லை என்றாலோ, அல்லது கால் குட்டையாகத் தோன்றி பாதம் வெளிப்புறமாகத் திரும்பியிருந்தாலோ, உடனடியாக அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்லுங்கள். இந்த முறிவுகளில் நேரம் மிக முக்கியம்: துண்டுகள் இடம் நகர்ந்த நிலையிலேயே எவ்வளவு நேரம் இருக்கின்றனவோ, அவ்வளவுக்கு மூட்டின் உருண்டைக்கான இரத்த வழங்கல் அபாயத்தில் இருக்கும். ஒரு விழுகைக்குப் பிறகு இடுப்பு வலியோ இடுப்புச் சந்து வலியோ தணியவில்லை என்றால், உங்களால் இன்னும் நடக்க முடிந்தாலும் கூட, அவசரப் பரிசோதனையைக் கேளுங்கள்; ஏனெனில் இந்த முறிவுகளில் சில முதல் எக்ஸ்-ரேயில் தென்படுவதில்லை. தொடை எலும்பு முறிவுக்கு நீங்கள் சிகிச்சை பெற்றுக்கொண்டிருந்து, அதே பக்கத்தில் இடுப்பு வலி தொடர்ந்தால், அந்த இடுப்பையும் பரிசோதிக்கச் சொல்லுங்கள். இடுப்புக் காயம் தணியத் தொடங்கிய பிறகு புதிதாக ஏற்படும் அல்லது மோசமாகும் வலிக்கும் உடனடிப் பரிசோதனை தேவை.