

டிஸ்டல் ரேடியஸ் மால்யூனியன் (மற்றும் திருத்தும் எலும்பு அறுவை சிகிச்சை)



டிஸ்டல் ரேடியஸ் மால்யூனியன்: ஒரு மோசமான நிலையில் குணமடையும் ஒரு மணிக்கட்டு எலும்பு முறிவு 'உணவு-போர்க்' சிதைவை விட்டுச் செல்லலாம், குறைக்கப்பட்ட வலிமை மற்றும் சுழற்சியுடன்.

Kieran Hirpara © 2024 4.0

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

நீங்கள் என்ன உணர்கிறீர்கள்

நீங்கள் சில நேரம் முன்பு உங்கள் மணிக்கட்டு உடைத்து (ஒருவேளை ஒரு நீட்டிக்கப்பட்ட மீது ஒரு வீழ்ச்சி ஆனால் அது இயல்பு நிலைக்கு திரும்பவில்லை. சற்று வளைந்த, வளைந்த அல்லது மற்ற பக்கத்தை விட குறுகிய, சில நேரங்களில் ஒரு தோற்றத்தை விட, அது பெரும்பாலும் வேலை செய்யாது அது பயன்படுத்தப்படும் வழிபிடிப்பில் பலவீனமாக உணர்கிறது, மணிக்கட்டு இறுக்கமாக உள்ளது, மற்றும் திருப்பு உங்கள் கைப்பிடியை மேலே கீழாக (ஒரு சாவியை திருப்புவது போல அல்லது ஒரு கதவு கைப்பிடியை வலிக்கிறது).

பலர் மார்பகத்தின் சிறிய விரல் பக்கத்தில் வலியைக் கவனிக்கிறார்கள் (விரலிலிருந்து விலகிய பக்கத்தில்) வளைந்து, கையில் சாய்ந்து, அல்லது சிலருக்கு முதுகெலும்பு சுழலும்போது ஒரு தடிப்பு அல்லது உறுதியற்ற தன்மை ஏற்படுகிறது. ஒரு சில வளரும் **முள் மற்றும் ஊசிகள்** குணமடைந்தால் கட்டைவிரல் மற்றும் விரல்களில் நிலை மணிக்கட்டில் ஒரு நரம்பு crowds. இந்த எலும்பு செய்த அனைத்து அறிகுறிகள் உள்ளன சரியாக குணமடையாது.

உண்மையில் என்ன நடக்கிறது

விண்மீன் விளிம்பில் உள்ள இரண்டு முதுகெலும்புகளில் பெரியது, வலது மணிக்கட்டில். அது உடைந்து பின்னர் ஒரு மோசமான நிலையில் குணமடையும் போது, நாம் என்று ஒரு **மால்யூனியன்**: எலும்பு வலுவாக குணமடைந்துள்ளது, ஆனால் தவறான வடிவத்தில் உள்ளது. மிகவும் பொதுவான வடிவமானது ரேடியஸின் முடிவு பின்புறம் சாய்ந்திருக்கிறது (திசை நோக்கி கையின் பின்புறம்) மற்றும் எலும்பு குறுகியதாக அமைகிறது, அதனால் அது இனி கோடுகள் இல்லை அருகிலுள்ள அல்னா எலும்புடன் சரியாக இணைக்கப்பட்டுள்ளது.

வடிவத்தில் ஏற்படும் இந்த சிறிய மாற்றம் அதன் விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். எனவே சக்தி குறைகிறது. இது சமநிலையை இழக்கிறது இரு முன்கை எலும்புகள் மணிக்கட்டுக்கு அருகில் சந்திக்கும் கூட்டு (DRUJ), இது உங்கள் முதுகெலும்பை சுழற்ற அனுமதிக்கும் மூட்டு, சுழற்சியை கடினமாக்குகிறது அல்லது வலி. மற்றும் கதிர் குறைந்துவிட்டது என்பதால், ulna திறம்பட கூட உட்கார்ந்து முடியும் "நீண்ட", சிறிய விரல் பக்கத்தில் சிறிய எலும்புகள் மற்றும் முட்கள் மீது அழுத்துகிறது மற்றும் காரணமாக **முதுகெலும்பு பக்க வலி**. முறிவு கூட்டு மேற்பரப்பில் ஓடியது என்றால் தன்னை மற்றும் ஒரு படி மூலம் குணமடைந்த, முட்கள் சீராக அணிய மற்றும் வழிவகுக்கும் காலப்போக்கில் மூட்டுவலி.

நாம் என்ன செய்ய முடியும்

ஒவ்வொரு வளைந்த-சிகிச்சை பெற்ற மணிக்கட்டுக்கும் அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படுவதில்லை. கை சிகிச்சை, செயல்பாடு மாற்றங்கள், ஒரு ஆதரவு அடுக்கு மற்றும் எளிய வலி நிவாரணம் முற்றிலும் நியாயமான, நாம் பெரும்பாலும் அங்கு தொடங்க.

மாறுபாடானது குறிப்பிடத்தக்கதாக இருக்கும்போது, அது உங்களை உண்மையிலேயே கட்டுப்படுத்துகிறது (வலி, பலவீனமான பிடிப்பு, கட்டுப்படுத்தப்பட்ட சுழற்சி) பிரச்சனை ஒரு **சீர்திருத்த ஆஸ்டியோடோமியா**எளிய சொற்களில், அறுவை சிகிச்சையாளர் கவனமாக பழைய முறிவு இடத்தில் மீண்டும் எலும்பு வெட்டுகிறது, அது மீண்டும் சரியான சீரமைப்பு, மற்றும் ஒரு உலோக தகடு மற்றும் திருகுகள் அங்கு வைத்திருக்கிறது. எங்கே எலும்பு நீளம் மீட்க திறக்கப்படுகிறது, இடைவெளி ** எலும்பு நிரப்பப்படலாம் கிராஃப்ட் (**உங்கள் சொந்த எலும்பு, நன்கொடையாளர் எலும்பு, அல்லது எலும்பு-மாற்றுப் பொருள்**), நவீன **பிளேட்களுடன் பல திருத்தங்கள் இப்போது கிராஃப்ட் இல்லாமல் நம்பகத்தன்மையுடன் குணமடைகின்றன**. சிறிய விரல் பக்க எலும்பு முக்கிய பிரச்சனையாக இருந்தால், அறுவை சிகிச்சையாளர் அதற்கு பதிலாக (**அல்லது**) விலா எலும்பை சுருக்கவும்** அந்த பக்கத்தில் இருந்து அழுத்தம் எடுக்க.

இந்த நாட்களில் அறுவை சிகிச்சை பெரும்பாலும் முன்கூட்டியே 3D கணினி மாதிரியில் திட்டமிடப்படுகிறது உங்கள் சொந்த மணிக்கட்டில், மற்றும் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் ஒரு தனிப்பயனாக்கப்பட்ட வழிகாட்டி பயன்படுத்தலாம் மற்றும் மறுசீரமைப்பு திட்டத்துடன் துல்லியமாக பொருந்துகிறது; இது குறிப்பாக பயனுள்ளதாக இருக்கும் போது முறிவு மூட்டு மேற்பரப்பில் சென்றது.

எதிர்பார்ப்பது என்ன

இது முன்கூட்டியே அறிய உதவுகிறது, இது அசல் திட்டத்தை விட ** பெரிய முயற்சி எலும்பு முறிவு அறுவை சிகிச்சை** ஒரு புதிய முறிவை சரிசெய்தல், எனவே மீட்பு அதிக ஈடுபாடு கொண்டது மற்றும் நீண்ட நேரம் எடுக்கும். அதன் புதிய நிலையில் நெசவு செய்ய வேண்டும், இது வழக்கமாக இரண்டு மாதங்கள் எடுக்கும், மற்றும் தட்டு வழக்கமாக இடத்தில் விட்டு.

நல்ல செய்தி என்னவென்றால், வலது மணிக்கட்டுக்கு, நன்மைகள் உண்மையானவை மற்றும் நீடித்தவை: ஆய்வுகள் தொடர்ச்சியாக மேம்பட்ட வலி, சிறந்த பிடிப்பு மற்றும் சிறந்த முதுகெலும்புகளை காட்டுகின்றன நோயாளிகள் பொதுவாக வருடங்கள் கழித்து திருப்தி அடைவதாக தெரிவிக்கின்றனர். **இணைப்பு மற்றும் சுற்றியுள்ள இழைகள் உருவாகும் முன்பே, வடிவத்தை சீராக்குதல் மோசமான நிலைக்கு ஏற்றது, சிறந்த முடிவைக் கொடுக்க முனைகிறது. ஒரு முற்றிலும் இயல்பான மணிக்கட்டு உத்தரவாதம், மற்றும் ஆனால் நோயின் அறிகுறிகள் உள்ளவர்களுக்கு இந்த அறுவை சிகிச்சை நம்பகமான முறையில் மண்டை முன்பு இருந்ததை விட நன்றாக வேலை செய்கிறது.

யாரையாவது எப்போது பார்க்க வேண்டும்

- வளைந்து குணமடைந்த ஒரு மணிக்கட்டு மற்றும் வலி, பலவீனம் அல்லது பல மாதங்கள் இறுக்கமாக இருக்கும் ஒரு முறிவு பிறகு; அது சீரமைப்பு மதிப்பீடு கொண்ட மதிப்பு, ஏனெனில் அதை சீக்கிரம் சரி செய்வது பொதுவாக சிறப்பாக வேலை செய்கிறது.
- **மணிக்கட்டில் சிறிய விரல் பக்கத்தில் வலி** சுருக்கத்துடன் எரியும் அல்லது கையில் சாய்ந்து, குறிப்பாக ஒரு clunky அல்லது கட்டுப்படுத்தப்பட்ட முதுகெலும்பு சுழற்சி.
- **பிடிப்பு இழப்பு அல்லது சுழற்சி மோசமடைதல்**, அல்லது போன்ற அன்றாட பணிகளில் சிக்கல் விசைகளை திருப்புதல், ஊற்றுதல், அல்லது கருவிகளைப் பயன்படுத்துதல்.
- **ஊசிகள் மற்றும் ஊசிகள் அல்லது மயக்கம்** ஒரு மணிக்கட்டில் பிறகு கட்டைவிரல் மற்றும் விரல்களில் எலும்பு முறிவு; ஒரு நரம்பு எரிச்சலடையலாம் மற்றும் சரிபார்க்கப்பட வேண்டும்.