

Pagsususok at Pagpapagaling ng Musculoskeletal

Ang pag-ihip ng sigarilyo ay nagpapaliit ng mga ugat ng dugo at nagpapabagal sa paggaling ng buto at sugat, na nagpapataas ng panganib ng mga komplikasyon pagkatapos ng operasyon.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

Ano ito

Ang pagsusuka at iba pang paggamit ng tabako ay maaaring magpapabagal o mahinain ang kakayahan ng iyong katawan na gumaling pagkatapos ng orthopaedic surgery. Kasama rito ang joint replacements, spine fusions, at tendon repairs. Pinag-aaralan ng iyong doktor ang mga gawi na ito dahil direktang nakakaapekto ito sa iyong paggaling.

Ang nicotine ay nakakaapekto sa paglago ng iyong mga buto at sa kung gaano kagaling ang pagdikit ng mga implant sa iyong balangkas. Binabawasan nito rin ang daloy ng dugo, na kailangan ng mga tendon at kalamnan upang magpagaling. Mas mataas ang panganib kung mas marami kang susuklayin. Ang iyong pack-years at ang tagal ng iyong paghinto sa pagsusuka ay tumutulong na ma-predict kung gaano kagaling ang iyong mga tendon pagkatapos ng shoulder surgery.

Ito ay umiiral sa lahat ng anyo ng tabako. Mas mataas ang panganib ng mga medikal at surgical complications para sa mga cigarette smokers habang nasa proseso ng knee o hip replacement. Ang mga gumagamit ng heated tobacco ay nakakaranas ng katulad na mga problema sa paggaling sa rotator cuff repairs kumpara sa mga cigarette smokers. Ang smokeless tobacco ay nagpapataas din ng panganib ng mga komplikasyon at revision surgery pagkatapos ng knee replacement at ACL reconstruction. Sa ilang mga prosedura, ang smokeless tobacco ay may mas mataas na panganib ng mga komplikasyon kaysa sa pagsusuka lamang.

Itatanong ng iyong doktor tungkol sa lahat ng paggamit ng tabako, kasama ang mga smokeless products, bago ang mga surgery tulad ng scaphoid fracture repair o ACL reconstruction. Tumutulong ito sa maagang pagtukoy ng mga panganib. Lubos na inirerekomenda ang paghinto sa paggamit ng tabako para sa mga meniscus repairs upang bawasan ang mga rate ng pagkabigo. Bagama't ang mga modernong teknik ay maaaring tumulong sa

ilang mga pasyente sa spine fusion, nananatiling pinakamainam na paraan ang paghinto upang mapabuti ang mga resulta at bawasan ang mga gastusin.

Gumagana ba ito?

Ang paggamit ng sigarilyo at tabako ay karaniwang nagpapabagal at nagpapahirap sa paggaling. Tanungin ng iyong doktor ang tungkol sa lahat ng uri ng tabako, kabilang ang sigarilyo, smokeless tobacco, at mga produktong tabakong pinainit. Pinakamainam na huminto bago ang operasyon upang mapabuti ang iyong mga resulta.

Para sa karamihan ng mga joint replacement at spine fusion, pinataas ng paggamit ng sigarilyo ang iyong risk ng mga komplikasyon. Maaari kang harapin ang mas mataas na rate ng impeksyon, mga isyung medikal, at mahinang functional outcomes. Tama ito para sa mga knee at hip replacement, shoulder surgeries, at spinal fusions. Mayroon ding risk ang smokeless tobacco, bagaman may ilang ebidensya na ang paggamit ng sigarilyo ay maaaring magdala ng kaunting mas mataas na risk para sa ilang komplikasyon.

Ang paggaling pagkatapos ng rotator cuff repair ay partikular na sensitibo sa paggamit ng tabako. Mahalaga ang bilang ng taon na iyong nagsigarilyo at kung gaano katagal kang huminto bago ang operasyon. Kahit na huminto ka lamang sa loob ng anim na buwan bago ang operasyon, hindi ganap na tinatanggal ang mataas na risk ng impeksyon o ang pangangailangan para sa revision surgery kumpara sa mga hindi nagsigarilyo. Ang mga heated tobacco products ay nakakaapekto sa paggaling nang katulad ng mga karaniwang sigarilyo.

Hindi pantay-pantay ang ebidensya sa lahat ng mga prosedura. Para sa ilang mga spinal fusion, ang mga modernong teknik ay maaaring makatulong upang maibsan ang negatibong epekto ng paggamit ng sigarilyo. Sa mga partikular na kaso na ito, ang paggamit ng sigarilyo ay hindi nauugnay sa nabigo na fusion sa mga X-ray. Gayunpaman, dapat mong inaasahan ang mas mataas na antas ng sakit at mas mahinang function kung ikaw ay nagsisigarilyo.

Para sa mga knee replacement, ang paggamit ng sigarilyo sa loob ng 30 araw bago ang operasyon ay nagdudulot ng mas malakas na sakit pagkatapos ng operasyon. Mas maliit ang posibilidad na makamit mo ang komportableng antas ng sakit kumpara sa mga dating nagsisigarilyo o mga hindi nagsisigarilyo. Katulad nito, madalas na nag-uulat ng mas mahinang long-term function pagkatapos ng ankle cartilage repair ang mga nagsisigarilyo.

Ang ACL reconstruction ay nagpapakita ng halo-halong larawan. Ang mga nagsisigarilyo ay may parehong rate ng graft failure kumpara sa mga hindi nagsisigarilyo ngunit nag-uulat ng mas mahinang functional outcomes. Ibig sabihin, maaaring mas maramdaman mong hindi matatag o malakas ang iyong tuhod sa mga pang-araw-araw na gawin, kahit na teknikal na matagumpay ang operasyon.

Sa kabuuan, ang paggamit ng sigarilyo ay isang pangunahing salik sa iyong paggaling. Nakakaapekto ito sa sakit, function, at mga rate ng komplikasyon sa maraming orthopaedic na prosedura. Tatalakayin ito ng iyong doktor upang matulungan kang makamit ang pinakamainam na posibleng resulta.

Tama ba ito para sa iyo?

Ang pagsusuka at paggamit ng tabako ay nagpapataas ng iyong panganib ng mga komplikasyon at mas mabagal na paggaling sa maraming mga operasyong ortopediko. Kasama rito ang mga palitan ng kasukasuan tulad ng operasyon sa balikat, tuhod, at balikat, pati na rin ang mga pagkukumpuni para sa mga tear ng rotator cuff, rekonstruksyon ng ACL, at pagsasama ng gulugod. Itatanong ng iyong doktor ang tungkol sa lahat ng anyo ng tabako, kabilang ang smokeless tobacco at mga produktong tabakong pinainit. Ang mga produktong ito ay may katulad na panganib sa karaniwang sigarilyo para sa mahinang paggaling at mas masamang resulta.

Kung ikaw ay kasalukuyang nagpupusot, maaaring harapin mo ang mas mataas na antas ng mga medikal at operasyonal na komplikasyon. Maaari kang maranasan ang mas maraming natitirang sakit at mas mahinang pag-andar pagkatapos ng ilang mga operasyon. Para sa ilang mga operasyon sa balikat, maaari kang kailangang manatili sa ospital ng hindi bababa sa dalawang gabi. Ang pagtigil sa pagsusuka ay isang mahahalagang hakbang upang mapabuti ang iyong mga resulta at bawasan ang mga gastusin. Kahit hindi mo kayang tigilin nang lubusan, mahalagang pag-usapan ang iyong pagka-nicotine-dependent sa iyong doktor. Maaari silang tulungan kang i-optimize ang iyong kalusugan bago ang operasyon.

Ang paraang ito ay tama para sa iyo kung handa kang tigilan ang paggamit ng lahat ng mga produktong tabako bago ang iyong operasyon. Tinutulungan nito ang iyong katawan na gumaling nang mas mabuti at binabawasan ang iyong panganib ng mga problema. Malamang na hindi ito tama para sa iyo kung plano mong magpatuloy sa pagsusuka o paggamit ng smokeless tobacco. Ang pagpapatuloy sa mga gawi na ito ay maaaring magdulot ng nonunion (kung saan nabigo ang mga buto na pagsamahin), mga isyu sa paggaling ng tendon, at mas mataas na pagkakataon ng pagkakaroon ng kailangan para sa revision surgery. Ang iyong doktor ay magtatrabaho sa iyo upang lumikha ng isang plano na angkop sa iyong mga pangangailangan at nagpapataas ng iyong mga pagkakataon para sa matagumpay na paggaling.

Ang pangunahing aral

Ang pagsigarilyo, kabilang ang smokeless tobacco at mga pinainit na produkto, ay nagpapataas ng iyong panganib ng mga komplikasyon, sakit, at mahinang paggaling sa maraming mga operasyong orthopaedic. Maaari kang tulungan ng iyong doktor na matukoy ang mga panganing ito nang maaga. Ang paghinto sa pagsigarilyo ay isang mahalagang hakbang upang mapabuti ang iyong paggaling at mabawasan ang mga gastusin. Kahit na kumita ka lamang noong kamakailan, maaari pa ring harapin mo ang mas mataas na panganib ng impeksyon o operasyong revision kumpara sa mga taong hindi kumakain ng sigarilyo.