

टखने की आर्थ्रोस्कोपी

यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

इस ऑपरेशन का सुझाव क्यों दिया गया है

मैटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में एक ऑर्थोपेडिक पैर और टखने के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, टखने की आर्थ्रोस्कोपी प्रदान करते हैं, जो एक छोटे कैमरे का उपयोग करके आपके टखने के जोड़ के अंदर देखने और इलाज करने के लिए कीहोल सर्जरी है। मरीजों को आम तौर पर उनके जीपी द्वारा हमारे क्लिनिक में भेजा जाता है; यदि एक फिजियोथेरेपिस्ट ने सुझाव दिया है कि आप हमें देखें, तो आपको मेडिकेयर छूट के लिए पात्र होने के लिए अपने जीपी से एक रेफरल की आवश्यकता होगी। आपकी नियुक्ति पर हम एक इतिहास लेते हैं, आपके टखने की जांच करते हैं, और यदि यह पता लगाने के लिए आवश्यक हो तो इमेजिंग की व्यवस्था करते हैं कि आपके दर्द का कारण क्या है।

लंबे समय से चली आ रही समस्याओं के लिए हम आमतौर पर पहले गैर-ऑपरेटिव देखभाल की कोशिश करते हैं, जैसे कि आपकी गतिविधियों को बदलना, फिजियोथेरेपी, स्प्रिलिंग या इंजेक्शन। सर्जरी पर विचार किया जाता है जब इन कदमों ने आपको पर्याप्त सुधार नहीं दिया है। कुछ तीव्र चोटों के लिए, तुरंत सर्जरी की सिफारिश की जा सकती है।

यह ऑपरेशन आमतौर पर 50 वर्ष से कम उम्र के लोगों को और अधिक बार महिलाओं को किया जाता है। यह आपके लिए सुझाया जा सकता है यदि आपके पास एक या अधिक sprains के बाद टखने में निरंतर दर्द है, एक भावना है कि आपके टखने को रास्ता देता है, या एक निदान जैसे टखने के सामने नरम ऊतकों की चुटकी, उपास्थि क्षति, या लंबे समय से चली आ रही लिगामेंट की चोट। कैमरा हमें जोड़ों के अंदर बंधन और उपास्थि की समस्याओं को देखने की अनुमति देता है जो स्कैन से गायब हो सकते हैं, और एक ही समय में उनका इलाज करते हैं। इसका मुख्य उद्देश्य आपके दर्द को कम करना और स्थिरता बहाल करना है ताकि आप आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ सकें और वजन उठा सकें।

ऑपरेशन से पहले

आपका सर्जन आपको सर्जरी की तैयारी के बारे में स्पष्ट निर्देश देगा। आपको अपने ऑपरेशन से सात घंटे पहले खाना और पीना बंद करना होगा। हम छह के बजाय सात घंटे के लिए पूछते हैं ताकि आपकी सर्जरी को आगे लाया जा सके यदि थिएटर सूची जल्दी चलती है। आपको पहले से ही अपनी कुछ नियमित दवाओं को रोकने के लिए भी कहा जा सकता है; आपका सर्जन आपको बताएगा कि कौन से और कितने समय के लिए। इसके बाद आपको घर ले जाने के लिए किसी की व्यवस्था करें, क्योंकि आप स्वयं ड्राइव नहीं कर पाएंगे। आपके द्वारा ली जाने वाली हर चीज की एक लिखित सूची ले जाएं, जिसमें गोलियाँ, इंजेक्शन और पूरक शामिल हैं। उस दिन ढीले, आरामदायक कपड़े पहनें। यदि आपके पास अन्य चिकित्सा स्थितियाँ हैं, तो आपको रक्त परीक्षण या एनेस्थीसियोलॉजिस्ट के साथ समीक्षा की आवश्यकता हो सकती है।

उस दिन

आप अस्पताल के सर्जिकल एडमिशन यूनिट में पहुंचते हैं, जहाँ आपको चेक-इन किया जाता है और आपरेशन के लिए तैयार किया जाता है। फिर आप संज्ञाहरण चिकित्सक से मिलते हैं, जो आपके संज्ञाहरण की देखभाल करता है। यह ऑपरेशन सामान्य संज्ञाहरण के तहत किया जाता है। सर्जरी के बाद दर्द से राहत के लिए कभी-कभी एक क्षत्रीय तंत्रिका अवरोधक जोड़ा जाता है; संज्ञाहरण विशेषज्ञ दिन में आपके साथ इस पर चर्चा करेगा। फिर आपको ऑपरेशन थिएटर में ले जाया जाता है, जहाँ आपरेशन किया जाता है।

आप पुनर्प्राप्ति क्षेत्र में जागते हैं, जहां नर्स आपको देखती हैं जबकि संज्ञाहरण का प्रभाव कम हो जाता है। एक बार जब आप स्थिर हो जाते हैं, तो आप या तो एक वार्ड में चले जाते हैं या उसी दिन घर जाते हैं, प्रक्रिया पर निर्भर करता है और आप कैसे ठीक हो रहे हैं। यदि आपकी सर्जरी आपके दाहिने टखने पर हुई थी, तो आपको दो सप्ताह तक गाड़ी चलाने से बचना होगा। किसी को आपको घर ले जाने की व्यवस्था करें, क्योंकि आप स्वयं ड्राइव नहीं कर पाएंगे।

ऑपरेशन में क्या शामिल है

टखने की आर्थ्रोस्कोपी कुंजी छेद सर्जरी है। आपका सर्जन आपके टखने के चारों ओर दो या तीन छोटे कटौती करता है, जिन्हें पोर्टल कहा जाता है। एक द्वार से एक पतला कैमरा अंदर जाता है और दूसरे द्वार से छोटे उपकरण अंदर जाते हैं। कैमरा आपके सर्जन को एक स्क्रीन पर पूरे जोड़ को देखने देता है और टखने को खोले बिना उसके अंदर काम करता है।

इसके बाद क्या होता है यह उस समस्या पर निर्भर करता है जिसका इलाज किया जा रहा है। आपका सर्जन आपके टखने के सामने या पीछे की ओर चिपका हुआ हड्डी के खंभे, निशान या सूजन वाले ऊतक को हटा सकता है। भंगुर या हड्डी के ढीले टुकड़े निकाले जा सकते हैं। क्षतिग्रस्त उपास्थि को चिकना किया जा सकता है। यदि आपके टखने के बाहरी हिस्से पर कोई लिगामेंट ढीला या फटा हुआ है, तो उसे उसी छोटे कटौती के माध्यम से कसकर या ठीक किया जा सकता है, कभी-कभी हड्डी में रखे गए छोटे एंकरों से पकड़ा जाता है। यदि संयुक्त बुरी तरह से पहना जाता है, तो पहना हुआ सतहों को तैयार किया जा सकता है ताकि हड्डी एक साथ ठीक हो जाए, एक उपचार जिसे संलयन कहा जाता है, पेंच के साथ आयोजित किया जाता है।

छोटे घावों को टांके लगाकर बंद किया जाता है और एक ड्रेसिंग के साथ कवर किया जाता है। चूंकि कटौती छोटी होती है, इसलिए खुली सर्जरी की तुलना में जोड़ के आसपास के ऊतक में कम गड़बड़ी होती है।

यदि आपके पास फ्रैक्चर की मरम्मत के साथ एक ही समय में यह हो रहा है, तो आपका सर्जन कैमरे का उपयोग जोड़ के अंदर के टूटने की जांच करने के लिए करता है और हड्डियों को प्लेट या शिकंजा के साथ पकड़ने से पहले, कार्टिलेज या लिगामेंट क्षति को स्पॉट करने के लिए स्कैन कर सकता है।

ऑपरेशन के बाद

आप रिकवरी वार्ड में जागते हैं, जहां नर्स आपको देखती हैं जबकि संज्ञाहरण का प्रभाव कम हो जाता है। आपकी टीम आपको बताएगी कि आप उसी दिन घर जा सकते हैं या एक रात अस्पताल में रह सकते हैं। किसी को पहले 24 घंटे के लिए आप के साथ रहना चाहिए। आपको आरामदायक रखने के लिए दर्द से राहत मिलेगी, और आपके टखने को एक ड्रेसिंग में लपेटा जाएगा। हम लगभग 10 दिनों के लिए ड्रेसिंग पर छोड़ देते हैं; कृपया इसे तब तक न हटाएं जब तक हम आपको ऐसा न कहें। जब हम आपको देखते हैं तो हम इसे बदल देते हैं या हटा देते हैं। अधिकतर लोग जल्द ही आगे बढ़ना शुरू कर देते हैं और आपकी टीम द्वारा दी गई योजना का पालन करते हुए उनके टखने पर भार डालते हैं।

वसूली

पहले कुछ दिनों तक आपके टखने में दर्द और सूजन होगी, और यह सामान्य है। सूजन को कम करने के लिए अपने पैर को अपने दिल के स्तर से ऊपर उठाकर आराम करें। सरल दर्द निवारक, एक तौलिया में लिपटे बर्फ के पैक, और निर्देश के अनुसार कोमल आंदोलन असुविधा को कम करेंगे। सूजन आमतौर पर जल्दी चरम पर पहुंचती है और फिर धीरे-धीरे फीकी पड़ती है।

अधिकतर लोग सर्जरी के तुरंत बाद अपने टखने पर वजन डालना शुरू करते हैं, आपकी टीम द्वारा दी गई योजना का पालन करते हुए। आपका फिजियोथेरेपिस्ट आपको गति और शक्ति बहाल करने के लिए अभ्यासों के माध्यम से मार्गदर्शन करेगा। आप लगभग 10 दिनों के लिए पट्टी पर रखेंगे, और हम घावों की जांच करेंगे जब हम आपको देखेंगे। घर पर, आराम करते समय टखने को ऊंचा रखें, सलाह के अनुसार छोटी दूरी पर चलें, और लंबे समय तक खड़े होने से बचें जब तक कि आपकी टीम अन्यथा न कहे।

वसूली चरणबद्ध तरीके से होती है। एक बार जब सूजन कम हो जाती है और आंदोलन वापस आ जाता है, तो घर के चारों ओर और सीढ़ियों पर चलना जैसे दैनिक कार्य आसान हो जाते हैं। जब आपका सर्जन आपके टखने के ठीक होने के तरीके से संतुष्ट हो जाएगा, तो आप उस पर अपना पूरा वजन डालने और अपनी गतिविधि बनाने के लिए स्वतंत्र हो जाएंगे। खेल और भारी काम धीरे-धीरे वापस आ जाते हैं, जब आपकी शक्ति और संतुलन वापस आ जाता है और आपका फिजियोथेरेपिस्ट और सर्जन सहमत होते हैं कि आप तैयार हैं।

हर कोई एक अलग गति से ठीक हो जाता है, इसलिए आपकी समयरेखा किसी और से भिन्न हो सकती है। आपका सर्जन और फिजियोथेरेपिस्ट आपको प्रत्येक चरण में मार्गदर्शन करेंगे और आपको बताएंगे कि आगे क्या उम्मीद करनी है।

क्या गलत हो सकता है

अधिकांश रोगी ठीक हो जाते हैं, लेकिन कभी-कभी समस्याएं हो सकती हैं। आपका सर्जन और टीम किसी भी समस्या को जल्दी पहचानने के लिए आपकी बारीकी से निगरानी करते हैं।

तंत्रिकाएं और रक्त वाहिकाएं इस ऑपरेशन के लिए उपयोग किए जाने वाले छोटे कटौती के करीब चलती हैं। यदि किसी तंत्रिका को जलन होती है, तो आप टखने या पैर के शीर्ष के आसपास जलन, झुनझुनी या सूजन के धब्बे महसूस कर सकते हैं। यह अक्सर समय के साथ अपने आप ठीक हो जाता है, लेकिन हमें अपनी अगली समीक्षा में इसके बारे में बताएं। यदि एक छोटी रक्त वाहिका प्रभावित है, तो आप असामान्य चोट या सूजन देख सकते हैं जो एक कटौती के पास धड़कता है। यदि ऐसा होता है तो क्लिनिक को कॉल करें।

उपकरण जोड़ के अंदर काम करते हैं, और ऑपरेशन के दौरान कभी-कभी जोड़ की चिकनी सतह को रगड़ा जा सकता है। इनमें से अधिकतर उथले होते हैं और कोई स्थायी समस्या पैदा नहीं करते हैं। यदि आप बाद में अपने टखने में एक नया क्लिक या पीस महसूस करते हैं, तो अपनी समीक्षा में इसका उल्लेख करें।

संक्रमण असामान्य है लेकिन तत्काल ध्यान देने की आवश्यकता है। किसी घाव से फैलने वाली लाली, उसमें से लीक होने वाला तरल या पसीना, बंद नहीं होने वाला घाव या बुखार का ध्यान रखें। यदि आप इनमें से कोई भी देखते हैं, तो उसी दिन क्लिनिक को कॉल करें। कुछ संक्रमणों को उन्हें साफ करने के लिए एक छोटी सी अतिरिक्त प्रक्रिया की आवश्यकता होती है।

यदि आपके लिगामेंट की मरम्मत या पुनर्निर्माण किया गया है, तो इसे पकड़ने के लिए उपयोग किए जाने वाले छोटे गांठ या लंगर कभी-कभी आपके टखने के बाहर की त्वचा को परेशान कर सकते हैं। आपको त्वचा के नीचे एक नाजुक स्थान या रगड़ महसूस हो सकता है। यह अक्सर हल्का होता है, लेकिन इसे अपनी समीक्षा में लाएं।

दुर्लभ रूप से, पैर की गहरी नसों में रक्त का थक्का बन सकता है। बछड़े में अचानक सूजन और कोमलता, विशेष रूप से एक तरफ, तत्काल समीक्षा की आवश्यकता है। आपातकालीन विभाग के लिए जाओ अगर यह आता है।

टखने के फ्रैक्चर की सर्जरी के बाद, कुछ लोगों को बाद में एक और ऑपरेशन की आवश्यकता होती है। यदि आपके पास दर्द है जो कम होने के बजाय बदतर होता रहता है, या एक गहरा, धड़कता हुआ दर्द है जो साधारण दर्द निवारक दवाओं से कम नहीं होता है, तो तुरंत क्लिनिक से संपर्क करें।

इस पृष्ठ पर जटिलताओं की तालिका विशिष्ट दर्दों को सूचीबद्ध करती है यदि आप विशिष्टता चाहते हैं।

हमें कब कॉल करें

अधिकांश समस्याएं जल्दी दिखाई देती हैं, और त्वरित कार्रवाई से उन्हें सुलझाना आसान हो जाता है। यदि आपको बुखार है, किसी घाव से लाली फैल रही है, कटाव से तरल या पसीना बह रहा है, या दर्द कम होने के बजाय बढ़ता रहता है, तो हमें कॉल करें। आपातकालीन विभाग में जाएं यदि आपको अचानक गंभीर दर्द, सूजन और आपके बछड़े में कोमलता, सांस की तकलीफ, आपके पैर में नई सुन्नता, या आप अपने टखने को नहीं हिला सकते हैं। अपनी प्रवृत्ति पर भरोसा करें: यदि कुछ गलत लगता है, तो हमसे संपर्क करें।