

एंकल फ्रैक्चर फिक्सेशन

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

मटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंगों के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपके विशिष्ट घाव के अनुसार उपचार करते हैं। 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। क्लिनिक में, हम एक इतिहास लेते हैं, आपके टखने की जांच करते हैं और एक्स-रे की व्यवस्था करते हैं जहां यह पता लगाने के लिए आवश्यक है कि क्या टूट गया है और यह कितना स्थिर है।

एंकल फ्रैक्चर फिक्सेशन एक ऐसा ऑपरेशन है जो आपके एंकल की टूटी हड्डियों को उनकी जगह पर रखता है जबकि वे ठीक हो जाते हैं। यह आमतौर पर तब दिया जाता है जब फ्रैक्चर अस्थिर होता है, जिसका अर्थ है कि टूटे हुए टुकड़े अलग हो गए हैं या अलग होने की संभावना है। कुछ फ्रैक्चर जो विस्थापित नहीं होते हैं, या जिन्हें वापस जगह पर धकेलकर रखा जा सकता है, उन्हें प्लास्टर में सर्जरी के बिना, करीबी निगरानी के साथ प्रबंधित किया जा सकता है। एक टूटी हुई टखने जैसी तीव्र चोटों के लिए, हम पहले गैर-ऑपरेटिव देखभाल की कोशिश करने के बजाय तुरंत सर्जरी की सिफारिश कर सकते हैं। उपचार के लक्ष्य एक चंगा फ्रैक्चर और एक टखने हैं जो बिना दर्द के सामान्य रूप से चलता है और कार्य करता है।

ऑपरेशन से पहले

एक बार जब आपरेशन की योजना बन जाती है, तो कुछ सरल तैयारी दिन को सुचारू रूप से चलने में मदद करती है। आपको उपवास के बारे में स्पष्ट निर्देश दिए जाएंगे: इससे पहले सात घंटे तक कुछ भी न खाएं। हम छह के बजाय सात घंटे मांगते हैं ताकि यदि थिएटर की सूची जल्दी समाप्त हो जाए तो आपको आगे लाया जा सके। कुछ दवाओं को रोकना पड़ सकता है, इसलिए आपके द्वारा ली जाने वाली सभी दवाओं की एक लिखित सूची ले आएं और आपका सर्जन आपको सलाह देगा कि किन दवाओं को रोकना है। इसके बाद आपको घर ले जाने के लिए किसी की व्यवस्था करें, क्योंकि आप गाड़ी चलाने के लिए फिट नहीं होंगे। ढीले, आरामदायक कपड़े पहनें। ऑपरेशन की योजना बनाने के लिए आमतौर पर केवल एक्स-रे की आवश्यकता होती है, हालांकि एक एमआरआई (एक स्कैन जो लिगामेंट जैसे नरम ऊतकों को दिखाता है) या एक अल्ट्रासाउंड कभी-कभी व्यवस्थित किया जा सकता है। यदि आपके पास अन्य चिकित्सा स्थितियां हैं, तो आपको रक्त परीक्षण या एनेस्थेसिस्ट (ऑपरेशन के दौरान आपकी देखभाल करने वाले विशेषज्ञ) के साथ एक 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। आप संज्ञाहरण चिकित्सक से मिलेंगे, वह विशेषज्ञ जो ऑपरेशन के दौरान आपकी देखभाल करेगा। यह ऑपरेशन सामान्य संज्ञाहरण के तहत किया जाता है। सर्जरी के बाद दर्द से राहत के लिए कभी-कभी एक क्षेत्रीय 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 वसूली क्षेत्र में जागते हैं, जहाँ नर्स आपको निगरानी करती हैं जबकि संज्ञाहरण का प्रभाव कम हो जाता है। एक बार जब आप स्थिर हो जाते हैं, तो आप या तो वार्ड में जाते हैं या घर जाते हैं, प्रक्रिया और आपकी वसूली के आधार पर। यदि आप उसी दिन घर जाते हैं, तो आपको किसी ऐसे व्यक्ति की आवश्यकता होगी जो आपको पहले से तय किए गए अनुसार ड्राइव करे।

ऑपरेशन में क्या शामिल है

ऑपरेशन का उद्देश्य हड्डी के टूटे हुए टुकड़ों को उनकी सामान्य स्थिति में वापस लाना और उन्हें ठीक होने तक वहाँ रखना है। हड्डियों को उनकी सामान्य लंबाई और संरेखण पर वापस लाना महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह आपके टखने के काम करने के तरीके को बहाल करता है।

आपका सर्जन हड्डी तक पहुंचने के लिए आपके टखने के टूटे हुए हिस्से पर एक कटौती (या कटौती) करता है। टूटे हुए टुकड़ों को वापस जगह पर ले जाया जाता है, फिर धातु की प्लेटों, शिकंजा या हड्डी के अंदर एक छड़ी के साथ रखा जाता है। किस विधि का उपयोग किया जाता है यह इस बात पर निर्भर करता है कि कौन सी हड्डी टूट गई है और टुकड़े कैसे चले गए हैं। यदि टखने के पीछे एक छोटा टुकड़ा शामिल है, तो इसे टखने के बाहरी पक्ष पर एक कटौती के माध्यम से पहुंचा जा सकता है और जगह पर तय किया जा सकता है। यदि दोनों छाती की हड्डियों के बीच का जोड़ टूट गया है, तो इसे शिकंजा या लचीली पट्टी के साथ एक साथ रखा जा सकता है जब तक कि लिगामेंट ठीक नहीं हो जाते।

घाव को टांके से बंद किया जाता है और पट्टी से ढका जाता है। यह पट्टी लगभग 10 दिनों तक रहती है; 'ऑपरेशन के बाद' अनुभाग में बताया गया है कि उसके बाद क्या होता है।

ऑपरेशन के बाद

पहले दिन या दो के लिए, आपका मुख्य काम आराम करना है। आप रिकवरी क्षेत्र में जागते हैं, फिर वार्ड में जाते हैं जब आप तैयार हों। आपके पैर में एक गाँठ होगी, और आपके टखने को एक प्लास्टर या हटाने योग्य बूट में समर्थित किया जा सकता है ताकि इसे सुरक्षित रखा जा सके। नर्सों को बताएं कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं और वे इसे समायोजित कर सकते हैं। आपको यह दिखाया जाएगा कि बिना किसी भार के पैर के दर्द को कैसे ठीक किया जाए, क्रच या फ्रेम का उपयोग करके। आपके घर आने के बाद पहले 24 घंटों के लिए कोई व्यक्ति आपके साथ रहना चाहिए। आपकी टीम आपको बताएगी कि आप उसी दिन घर जा सकते हैं या एक रात अस्पताल में रह सकते हैं। 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।

वसूली

पहले दिनों और हफ्तों में दर्द और सूजन की उम्मीद करें। यह उपचार का एक सामान्य हिस्सा है। आराम करना, पैर को ऊंचा रखना, और अस्पताल में आपके लिए बनाई गई दर्द निवारण योजना सभी इसे कम करने में मदद करती हैं। आमतौर पर जब टखना ठीक होता है तो सूजन धीरे-धीरे कम हो जाती है।

शुरुआती दिनों में आपका काम सरल होता है: आराम करें, पैर को ऊपर रखें, और दर्दनाक पैर पर भार डाले बिना सुरक्षित रूप से घूमें, जैसे आपको दिखाया गया था, क्रच या फ्रेम का उपयोग करें। आपके टखने को एक प्लास्टर या हटाने योग्य बूट में रखा जा सकता है ताकि यह सुरक्षित रहे। आपका फिजियोथेरेपिस्ट आपको व्यायामों के माध्यम से मार्गदर्शन करेगा जैसा कि आपकी वसूली प्रगति करती है। ये आमतौर पर धीरे-धीरे शुरू होते हैं और जैसे-जैसे आंदोलन वापस आता है और सूजन कम हो जाती है। आप दिन-प्रतिदिन छोटे-छोटे लाभों को देखेंगे: अधिक आराम से खड़े होना, टखने को थोड़ा आगे बढ़ाना, और घर के चारों ओर अधिक चलना।

कुछ मील के पथरों को पहचानना आसान होता है। एक बार जब आपका सर्जन आपको पैर पर वजन डालने के लिए मंजूरी दे देता है, तो चलना धीरे-धीरे आसान हो जाता है। जब सूजन कम हो जाती है और आप आत्मविश्वास से टखने को हिला सकते हैं, तो रोजमर्रा की गतिविधियां फिर से सामान्य हो जाती हैं। यदि ड्राइविंग आपके लिए प्रासंगिक है, तो सामान्य नियम लागू होते हैं: जब आपके टखने में प्लास्टर, स्प्लिट या बूट हो तो ड्राइविंग न करें, और केवल तभी ड्राइव करें जब आप एक आपातकालीन स्टॉप में प्रतिक्रिया कर सकते हैं और मजबूत दर्द की दवा बंद कर सकते हैं। सर्जरी के बाद ड्राइविंग के बारे में हमारी अलग गाइड इस बारे में अधिक विस्तार से बताती है।

वसूली व्यक्ति से व्यक्ति में भिन्न होती है। आपकी समयसीमा अलग हो सकती है, और आपका सर्जन और फिजियोथेरेपिस्ट आपको रास्ते में मार्गदर्शन करेंगे।

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।

टखने की सर्जरी के बाद हड्डी या जोड़ में संक्रमण दुर्लभ लेकिन गंभीर होता है। यह एक गहरे, धड़कने वाले दर्द का कारण बन सकता है जो सरल दर्द निवारक दवाओं के साथ कम नहीं होता है, साथ ही घाव से लाली, गर्मी या तरल का रिसाव भी हो सकता है। यदि आप इनमें से कोई भी लक्षण देखते हैं, तो तुरंत क्लिनिक से संपर्क करें या आपातकालीन विभाग में जाएं।

घाव स्वयं कभी-कभी टूट सकता है, और कट के किनारे की त्वचा मर सकती है। यह घाव के पास काले या पीले रंग की त्वचा के रूप में प्रकट होता है, या एक पैच जो ठीक नहीं होगा। अपनी अगली जांच में इसका उल्लेख करें, या यदि क्षेत्र बदतर दिखता है तो जल्द से जल्द क्लिनिक को कॉल करें।

सर्जरी के दौरान टखने के बाहरी हिस्से में एक तंत्रिका को जलन या चोट लग सकती है। इससे पैर और टखने के बाहरी हिस्से में सुन्नता, झुनझुनी या एक अजीब, परिवर्तित अनुभूति होती है। अपने सर्जन को समीक्षा के समय इसके बारे में बताएं, क्योंकि ये संवेदनाएं अक्सर समय के साथ ठीक हो जाती हैं।

हड्डी को धारण करने वाली धातु कभी-कभी समस्याओं का कारण बन सकती है। आप त्वचा के नीचे एक गांठ, एक रगड़ या एक क्लिक महसूस कर सकते हैं, या शिकंजा ढीला हो सकता है और हड्डियां थोड़ा स्थानांतरित हो सकती हैं। यदि धातु का काम आपको परेशान करता रहता है, तो इसे बाद के ऑपरेशन में हटाया जा सकता है। अपनी समीक्षा नियुक्ति पर इसे उठाओ।

कभी-कभी टूटी हुई हड्डी उम्मीद के मुताबिक एक साथ नहीं जुड़ती। इससे लगातार दर्द हो सकता है या यह महसूस हो सकता है कि जब आप उस पर खड़े होते हैं तो टखने ठोस नहीं होते हैं। आपका सर्जन आपके एक्स-रे पर इसे उठाएगा और आपके साथ विकल्पों पर चर्चा करेगा।

सर्जरी के बाद जटिल क्षेत्रीय दर्द सिंड्रोम नामक स्थिति विकसित हो सकती है। यह सूजन, त्वचा के रंग में परिवर्तन और संवेदनशीलता के साथ दर्द का कारण बनता है जो पैर को छूना मुश्किल बनाता है। इसे जल्दी रिपोर्ट करें, क्योंकि उपचार सबसे अच्छा काम करता है जब जल्दी शुरू किया जाता है।

बाह्य टखने की हड्डी तोड़ने वाले बच्चे बाद में उसी टखने को फिर से मोड़ सकते हैं। यदि आपके बच्चे का टखने लगातार गिरता रहता है, तो इसे समीक्षा में लाएं।

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

हमें कब कॉल करें

अधिकतर समस्याएं प्रारंभिक चेतावनी के संकेत देती हैं। यदि आपको बुखार है, या घाव अधिक लाल, गर्म हो जाता है या तरल पदार्थ लीक होने लगता है तो हमें कॉल करें। यदि दर्द कम होने के बजाय बढ़ता रहता है, या यदि आपका बछड़ा सूजन और नाजुक हो जाता है तो हमें कॉल करें। यदि आपको सांस की तकलीफ, छाती में दर्द, टखने में अचानक तेज दर्द, सुन्नता या झुनझुनी जो नई है, या आप अपने पैर या पैर की उंगलियों को बिल्कुल भी नहीं हिला सकते हैं, तो आपातकालीन स्थिति में जाएं। इन संकेतों को तुरंत जांचने की आवश्यकता है। यदि आप कभी अनिश्चित हों, तो क्लिनिक को कॉल करें। हम एक बड़ी चिंता को याद करने की तुलना में एक छोटी चिंता के बारे में सुनना पसंद करते हैं।