

# असर सतहों और पहनने

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

## आप क्या महसूस कर रहे हैं

हर कृत्रिम कूल्हे का उपयोग के साथ थोड़ा पहना जाता है। चलती सतहें एक दूसरे के साथ रगड़ती हैं, और समय के साथ छोटे-छोटे कण निकलते हैं। आमतौर पर कठोर सतह को नरम पहना जाता है। अधिकांश लोगों के लिए यह धीरे-धीरे होता है और इससे कोई परेशानी नहीं होती।

जब पहनना बढ़ जाता है, तो ढीले कण आपके कूल्हे के आसपास के ऊतकों को परेशान कर सकते हैं। इससे कमर में गहरा दर्द हो सकता है, कभी-कभी जांघ तक फैल सकता है। आप जोड़ के पास सूजन देख सकते हैं। दर्द अक्सर गतिविधि के बाद बढ़ता है और आराम के साथ कम हो जाता है। कुछ लोगों को लगता है कि यह रात में उनकी नींद को बाधित करता है।

पहनने से प्रत्यारोपण और आपकी हड्डी के बीच का बंधन भी ढीला हो सकता है। कम कुर्सी से उठना, सीढ़ियां चढ़ना, या डाकघर तक जाना, जैसे दैनिक कार्य जो कूल्हे पर बोझ डालते हैं, कठिन या असहज हो सकते हैं। आपको महसूस हो सकता है कि यह जोड़ पहले की तुलना में कम स्थिर है।

कुछ पुराने प्रत्यारोपण संयोजनों ने दूसरों की तुलना में अधिक पहनने का उत्पादन किया। धातु-पर-धातु कूल्हों, जहां दोनों चलती सतहों धातु हैं, कुछ लोगों के लिए समस्याओं का कारण बना। इनसे कमर में दर्द, सूजन और कभी-कभी जोड़ के पास तरल पदार्थ से भरी गांठ या थैली हो सकती है। इन कूल्हों वाले कुछ लोगों ने नितंबों के आसपास की मांसपेशियों में भी कमजोरी देखी। इस प्रकार के बीयरिंग का अब शायद ही कभी उपयोग किया जाता है।

यदि आपके कूल्हे में दर्द या सूजन हो जाती है, तो आपका सर्जन पहनने की जांच कर सकता है। इसमें आमतौर पर साधारण एक्स-रे शामिल होते हैं, और कभी-कभी संयुक्त के आसपास के नरम ऊतकों को देखने के लिए अल्ट्रासाउंड या एमआरआई जैसे स्कैन शामिल होते हैं। इन जांचों से पहनने की जल्दी पहचान हो सकती है, अक्सर इससे पहले कि यह गंभीर क्षति का कारण बनता है। इसे जल्दी पकड़ने का मतलब कभी-कभी एक छोटा ऑपरेशन हो सकता है, पूरे प्रत्यारोपण के बजाय केवल प्लास्टिक अस्तर और गैड को बदलना।

नियमित लंबी अवधि की जांच एक प्रतिस्थापित कूल्हे की देखभाल का हिस्सा है, भले ही आपको अच्छा लगे। यदि आप नए दर्द, सूजन, या आपके कूल्हे की भावना में बदलाव देखते हैं, तो अपनी अगली निर्धारित यात्रा की प्रतीक्षा करने के बजाय अपनी सर्जरी टीम को बताएं।

## वास्तव में क्या हो रहा है

एक प्रतिस्थापित कूल्हे का काम एक सॉकेट में बैठी गेंद की तरह होता है। जब भी आप चलते हैं तो गेंद और सॉकेट लाइनर एक दूसरे के ऊपर फिसल जाते हैं। सर्जन इन चलती सतहों को लेयरिंग कहते हैं, उसी तरह एक पहिया एक लेयरिंग पर घूमता है। सभी बीयरिंग रगड़ने पर छोटे-छोटे कणों का उत्सर्जन करते हैं। कठोर सतह धीरे-धीरे नरम को पहनती है।

आपका शरीर इन कणों को अवांछित मलबे के रूप में मानता है। उनमें से अरबों वर्षों के दौरान निर्माण कर सकते हैं। जब बहुत अधिक होते हैं, तो कूल्हे के आसपास का ऊतक सूजन हो जाता है। यह सूजन धीरे-धीरे प्रत्यारोपण को पकड़ने वाली हड्डी को खा सकती है। इसे ऑस्टियोलाइसिस कहते हैं, जिसका अर्थ है प्रत्यारोपण के आसपास की हड्डी का नुकसान। यह कारण है कि पहनने से एक कूल्हे को ढीला किया जा सकता है जो कभी ठोस था।

असर का प्रकार मायने रखता है। अधिकांश आधुनिक कूल्हे एक धातु की गेंद का उपयोग करते हैं जो एक कठोर प्लास्टिक लाइनर पर चलती है। इस संयोजन का एक लंबा ट्रैक रिकॉर्ड है और आज यह सामान्य विकल्प है। कुछ पुराने कूल्हों में धातु को धातु पर रगड़ने का प्रयोग किया जाता था। ये कोबाल्ट और क्रोम के कणों को छोड़ते हैं जो नरम ऊतकों को परेशान कर सकते हैं, और इस प्रकार को अब लगभग पूरी तरह से छोड़ दिया गया है।

जब सतहों के बीच कुछ गलत हो जाता है तो गति बढ़ाएं। धातु के गोले पर एक खरोंच प्लास्टिक को पीस सकती है। सीमेंट का एक खोया टुकड़ा या जोड़ में फंसे धातु का एक धब्बा भी ऐसा कर सकता है। यदि भाग थोड़ा गलत कोण पर बैठते हैं, तो सतह असमान रूप से रगड़ सकती है और तेजी से पहन सकती है। आपके चलने का पैटर्न भी एक भूमिका निभाता है।

जो लक्षण आप ऊपर पढ़ते हैं, वे इस प्रक्रिया से सीधे आते हैं। सूजनयुक्त ऊतक गहरे कमर दर्द और सूजन का कारण बनता है। हड्डी का नुकसान इम्प्लांट को ढीला कर देता है, इसलिए सीढ़ियों और कम कुर्सियों को कठिन महसूस होता है। जल्दी पहनने का पता लगाना महत्वपूर्ण है क्योंकि हड्डी के नुकसान का इलाज करना सबसे आसान है इससे पहले कि यह बहुत दूर हो जाए।

## हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

मैटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में एक ऑर्थोपेडिक सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपके कूल्हे के अंदर पहनने के लिए उपचार से मेल खाते 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। आपकी पहली यात्रा पर हम एक इतिहास लेते हैं, आपके कूल्हे की जांच करते हैं, और एक्स-रे या स्कैन की व्यवस्था करते हैं जहां उनकी आवश्यकता होती है। पहनने आमतौर पर धीरे-धीरे बनाता है, तो हम आम तौर पर कम से कम आक्रामक विकल्पों के साथ शुरू।

पहला कदम अक्सर देखना और अनुकूलन करना होता है। हम नियमित एक्स-रे के साथ पहनने पर बारीकी से नजर रखते हैं, क्योंकि प्लास्टिक लाइनर कितनी तेजी से पतला हो रहा है यह मापने से हमें इम्प्लांट के आसपास हड्डी के नुकसान के जोखिम का आकलन करने में मदद मिलती है। यदि आपके लक्षण हल्के हैं, तो आपको दौड़ने या कूदने जैसी उच्च प्रभाव वाली गतिविधियों को कम करने के लिए कहा जा सकता है, जो इम्प्लांट के माध्यम से कम बल डालता है। फिजियोथेरेपी आपके चलने के पैटर्न और आपके कूल्हे के आसपास की मांसपेशियों की ताकत में मदद कर सकती है। हम आमतौर पर यह निर्णय लेने से पहले इस दृष्टिकोण को कुछ महीने देते हैं कि क्या यह पर्याप्त है।

दवाइयां दर्द को कम कर सकती हैं जबकि हम चीजों की निगरानी करते हैं। सरल दर्द निवारक और विरोधी भड़काऊ, अपने जीपी निर्देशों के रूप में लिया, सामान्य प्रारंभिक बिंदु हैं। यदि आपके कूल्हे में धातु-पर-धातु असर है, तो हम आपके रक्त में धातु के स्तर की भी जांच करते हैं और एक विशेष प्रकार की एमआरआई स्कैन की व्यवस्था करते हैं जो धातु के पार स्पष्ट रूप से देख सकती है। ये जाँचें जोड़ के आसपास के नरम ऊतकों में जलन की तलाश करती हैं, जिसे अकेले रक्त परीक्षणों से छुपाया नहीं जा सकता।

जब पहनने से वास्तविक क्षति हो जाती है या आपका दर्द कम नहीं होता है तब सर्जरी की आवश्यकता होती है। यदि प्रत्यारोपण का आवरण अभी भी आपकी हड्डी से दृढ़ता से जुड़ा हुआ है, तो हम कभी-कभी एक छोटा ऑपरेशन कर सकते हैं, केवल प्लास्टिक अस्तर और गेंद को नए के लिए बदल सकते हैं। यदि भाग ढीले हो गए हैं, या हड्डी का नुकसान बहुत अधिक हो गया है, तो पूरे प्रत्यारोपण को प्रतिस्थापित करने की आवश्यकता है। एक पहने हुए धातु संयुक्त सतह के साथ कूल्हे के लिए जो आसपास के ऊतक को नुकसान पहुंचा है, हम किसी भी प्रभावित ऊतक को हटा देते हैं और आधुनिक असर सामग्री के साथ कूल्हे का पुनर्निर्माण करते हैं।

सही विकल्प इस बात पर निर्भर करता है कि कौन-से भाग पहने गए हैं, वे कितने ठोस हैं और काम करने के लिए कितनी हड्डी बची है। हम आपको बताएंगे कि स्कैन क्या दिखाते हैं और प्रत्येक विकल्प में क्या शामिल है, और एक साथ तय करेंगे कि कौन सी योजना आपके लिए उपयुक्त है।

## क्या उम्मीद करें

अधिकांश लोगों के लिए, एक आधुनिक हिप प्रतिस्थापन धीरे-धीरे पहनता है और कई वर्षों तक कोई समस्या नहीं पैदा करता है। आज सामान्य संयोजन, एक धातु की गेंद जो एक कठोर प्लास्टिक के अस्तर पर चलती है, का उपयोग के पहले 10 से 15 वर्षों में एक मजबूत ट्रैक रिकॉर्ड है। सिरमिक सतहों, जहां दोनों चलती भाग बहुत कठोर पॉलिश सामग्री हैं, ने भी लंबे समय तक अच्छी तरह से रखा है।

यदि पहनने से समस्याएं होती हैं, तो आमतौर पर यह अचानक आने के बजाय धीरे-धीरे बनती है। पहले वर्णित कमर में दर्द और सूजन महीनों और वर्षों में बदतर होती है, दिनों में नहीं। इसे जल्दी पकड़ना एक वास्तविक अंतर बनाता है। नियमित रूप से जांच की जाती है, तो हड्डी के नुकसान से पहले एक पहने हुए कूल्हे का अवसर इलाज किया जा सकता है, कभी-कभी केवल अस्तर और गेंद को बदलने के लिए एक छोटे से ऑपरेशन के साथ।

एक पहने हुए कूल्हे को अकेला छोड़ना शायद ही कभी अच्छा काम करता है। कणों का निर्माण होता रहता है, सूजन हड्डी को खा जाती रहती है, और एक कूल्हे को जो कभी एक छोटे ऑपरेशन के साथ ठीक किया जा सकता था, उसे अंततः एक पूर्ण प्रतिस्थापन की आवश्यकता हो सकती है। धातु-पर-धातु कूल्हों के साथ जोखिम अधिक होता है। इन बीयरिंग वाले लोगों को अन्य प्रकार के बीयरिंग वाले लोगों की तुलना में संशोधन सर्जरी की आवश्यकता होने की अधिक संभावना होती है, और कुछ नरम ऊतक क्षति विकसित करते हैं जिन्हें रक्त परीक्षणों और स्कैन के साथ सावधानीपूर्वक निगरानी की आवश्यकता होती है।

कुछ संख्याएँ सीमा की भावना देती हैं। पारंपरिक बीयरिंग वाले 100 में से लगभग 7 लोग हिप प्रतिस्थापन के बाद कमर में दर्द की रिपोर्ट करते हैं। यह धातु-पर-धातु कूल्हों के साथ 100 में 15 तक बढ़ जाता है और कूल्हों के पुनर्निर्माण के बाद 100 में 18 तक। 40 वर्ष या उससे कम आयु के लोगों में हिप रिसेशन ने 90.5% का 7-वर्ष का उत्तरजीविता दिखाया है, जो आधुनिक बीयरिंगों से कम है। सिरमिक-ऑन-सिरमिक और सिरमिक-ऑन-प्लास्टिक बीयरिंग 15 वर्षों तक एक साथ ट्रैक किए गए हैं।

कोई असर परेशानी मुक्त नहीं है, और कोई परिणाम का वादा नहीं किया जा सकता है। साक्ष्य इस बात का समर्थन करते हैं कि आधुनिक बीयरिंग कम पहनते हैं, कम जटिलताओं का कारण बनते हैं, और आपके प्रतिस्थापन कूल्हे को लंबे समय तक चलने का सबसे अच्छा मौका देते हैं। नियमित जांच, किसी भी नए लक्षणों के बारे में ईमानदार बातचीत, और जब कुछ बदलता है तो जल्दी से कार्रवाई करने से कूल्हे का पहनना एक बड़ी समस्या बनने से बचा जाता है।

## किसी से कब मिलना है

अधिकांश प्रतिस्थापित कूल्हों को धीरे-धीरे और चुपचाप पहना जाता है, लेकिन कुछ परिवर्तनों की शीघ्र जांच की आवश्यकता होती है। यदि आपको कमर में नया या बढ़ता दर्द है, जोड़ के आसपास सूजन है, या आपके कूल्हे के पास तरल पदार्थ से भरी गांठ है जो कुछ हफ्तों के बाद भी ठीक नहीं हुई है, तो अपने डॉक्टर से मिलें। यदि आपके कूल्हे में पहले की तुलना में कम स्थिरता महसूस होती है, यदि सीढ़ियां या कम कुर्سيयां स्पष्ट रूप से कठिन हो गई हैं, या यदि आप एक नया शोर सुनते हैं जैसे कि जोड़ से चीखना या क्लिक करना। यदि आप

गिरते हैं और पैर पर भार नहीं डाल सकते हैं, या यदि कूल्हे अचानक बहुत दर्दनाक, गर्म और बुखार के साथ सूजन हो जाती है, तो आपातकालीन विभाग में जाएं, क्योंकि इन्हें उसी दिन मूल्यांकन की आवश्यकता होती है।