

उपट्रोचैटैरिक फ्रैक्चर

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

एक सबट्रोचैटैरिक फ्रैक्चर जाँघ की हड्डी में, कूल्हे के ठीक नीचे टूटना होता है। यह दर्द आपकी ऊपरी जाँघ या कमर में गहरा होता है, और यह आमतौर पर गंभीर होता है। खड़े होने, चलने या उस पैर पर भार डालने से यह और भी खराब हो जाता है। पैर के साथ आराम करना अभी भी इसे आसान बनाता है।

टूटना उस जगह पर होता है जहाँ मजबूत मांसपेशियाँ हड्डी को लाइन से बाहर खींचती हैं। यही कारण है कि इस प्रकार का फ्रैक्चर अस्थिर होता है और ठीक होने के दौरान इसे अपनी जगह पर रखना मुश्किल हो सकता है। इसका मतलब यह भी है कि जब भी मांसपेशियाँ पकड़ती हैं, जैसे कि जब आप रात में बिस्तर पर घूमते हैं या थोड़ी देर बैठने के बाद कुर्सी से उठने की कोशिश करते हैं, तो दर्द बढ़ जाता है।

रोजमर्रा के कार्य जल्दी ही कठिन हो जाते हैं। आप बिना किसी मदद के खड़े होने, सीढ़ियों पर चढ़ने या बाथरूम जाने के लिए संघर्ष करेंगे। कार में चढ़ना और उतरना, या खुद को शौचालय पर उतारना, ऊपरी जाँघ के माध्यम से भार डालता है और अक्सर दर्द होता है। उस तरफ सोना असहज है, और दर्द आपको जगा सकता है।

हड्डी को पतला करने वाली दवाओं के लंबे समय तक उपयोग के बाद इस क्षेत्र में कुछ फ्रैक्चर होते हैं। इन्हें असामान्य फ्रैक्चर कहा जाता है। हड्डी टूटने से पहले, कुछ लोगों को पहले हफ्तों या महीनों के लिए एक सुस्त दर्द या गहरे जाँघ का दर्द महसूस होता है। यदि आप इन दवाओं में से किसी एक का सेवन कर रहे हैं और आपको नया जाँघ का दर्द हो रहा है, तो अपने डॉक्टर को समय से बताएं।

जाँघ की हड्डी के इस भाग में उपचार धीमा हो सकता है। कभी-कभी हड्डी को जोड़ने में सामान्य से अधिक समय लगता है, और कुछ मामलों में यह आगे के उपचार के बिना बिल्कुल नहीं जुड़ता है। यह आपके फ्रैक्चर के प्रकार से अधिक आपके रिकवरी को प्रभावित करता है: इन असामान्य टूटने वाले लोगों और सामान्य टूटने वाले लोगों के समान परिणाम होते हैं।

यहाँ की फ्रैक्चर भी आपके सामान्य स्वास्थ्य पर असर डालती है। बुजुर्ग लोग अक्सर अपने जीवन की गुणवत्ता में गिरावट पाते हैं, दोनों पहले महीनों में और लंबी अवधि में। यह इस चोट का एक सामान्य हिस्सा है, और यह आपकी देखभाल टीम के साथ उठाने के लायक है क्योंकि आप ठीक हो रहे हैं।

वास्तव में क्या हो रहा है

जब आप खड़े होते हैं और चलते हैं तो आपका पूरा वजन जांघ की हड्डी पर होता है। टूटना कूल्हे के ठीक नीचे एक खंड में बैठता है जहां हड्डी घनी और मोटी है, और जहां इसके माध्यम से चलने वाले बल कंकाल में कहीं भी उच्चतम हैं। इसे अपने पैर के भारवाहक स्तंभ के रूप में सोचें। जब यह टूट जाता है, तो उस पैर पर खड़े होना गंभीर दर्द के बिना संभव नहीं है।

यहाँ की हड्डी घनी कॉर्टिकल हड्डी है, स्पंजयुक्त आंतरिक हड्डी के बजाय कठोर बाहरी आवरण। इस घनी हड्डी में रक्त की आपूर्ति सीमित है, और यही एक कारण है कि इस स्थान में उपचार धीमा होता है। ब्रेक को अक्सर दो साफ छोरों के बजाय कई टुकड़ों में तोड़ दिया जाता है, जो चुनौती को बढ़ाता है।

जांघ के इस भाग को मजबूत मांसपेशियां घेरती हैं, और जब हड्डी टूट जाती है तो वे खींचती रहती हैं। कूल्हे को झुकाने और पैर को बाहर की ओर झुकाने वाली मांसपेशियां ऊपरी टुकड़े को एक तरफ खींचती हैं। जो मांसपेशियां जांघ को अंदर की ओर खींचती हैं, वे निचले हिस्से को दूसरी तरफ खींचती हैं, जिससे यह छोटा हो जाता है। यही कारण है कि हड्डी अपने आप पंक्तिबद्ध नहीं रहती है, और जब भी ये मांसपेशियां पकड़ती हैं तो दर्द भड़कता है।

यहाँ कुछ टूटने एक बूढ़े व्यक्ति में पतली हड्डियों के साथ गिरने के बाद होते हैं। अन्य एक युवा व्यक्ति में कार दुर्घटना जैसी बड़ी चोट के बाद होते हैं। तीसरा समूह उन लोगों में होता है जो लंबे समय तक हड्डियों को पतला करने वाली दवाएं लेते हैं। ये पहले वर्णित असामान्य फ्रैक्चर हैं।

चूंकि हड्डी इतनी अधिक बल के अधीन होती है और मांसपेशियां टुकड़ों को अलग खींचती रहती हैं, इस फ्रैक्चर को इलाज के लिए एक मांग के रूप में जाना जाता है। इसमें अधिकांश मरम्मत हार्डवेयर विफल होने या हड्डी को जोड़ने में अधिक समय लेने की तुलना में अधिक संभावना है। यही कारण है कि उपचार में आमतौर पर हड्डी को ठीक होने के दौरान दृढ़ता से पकड़ने के लिए सर्जरी शामिल होती है।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

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। एक क्लिनिकल मूल्यांकन, जिसमें आपका इतिहास, एक परीक्षा और इमेजिंग जहां आवश्यक हो, निदान स्थापित करता है।

इस फ्रैक्चर के लिए, सर्जरी आमतौर पर उपचार का मुख्य आधार होती है। टूटना उस जगह पर होता है जहां मजबूत मांसपेशियां हड्डी को लाइन से बाहर खींचती रहती हैं, इसलिए यह शायद ही कभी अपने आप में बनी रहती है। हम आमतौर पर सभी मामलों में सर्जरी की सलाह देते हैं जब तक कि आप इसे अस्वीकार नहीं करते हैं या कोई अन्य चिकित्सा स्थिति आपके लिए एक ऑपरेशन को असुरक्षित नहीं बनाती है। कुछ लोग, जैसे कि जो लोग चल नहीं सकते या जिनके शरीर के दोनों पक्षों को प्रभावित करने वाले पक्षाघात हैं, उन्हें बिना सर्जरी के प्रबंधित किया जा सकता है, हालांकि तब भी एक ऑपरेशन देखभाल और आराम को आसान बना सकता है।

सामान्य ऑपरेशन एक धातु की छड़ है जो जांघ की हड्डी के खोखले केंद्र के अंदर रखी जाती है, जिसमें पेंच होते हैं जो टुकड़ों को पंक्ति में रखते हैं। इसे इंटरमेट्रोलरी नेल कहते हैं, और यह इस फ्रैक्चर के लिए मानक उपचार है। रॉड हड्डी के माध्यम से भार ले जाता है जबकि यह ठीक हो जाता है, जो यहां मायने रखता है क्योंकि जांघ के इस हिस्से के माध्यम से बल आपके शरीर के वजन का कई गुना है। कम बार, इसके बजाय हड्डी के बाहर एक प्लेट और शिकंजा का उपयोग किया जा सकता है। कौन सा विकल्प आपको सूट करता है यह ब्रेक के आकार और आपके सामान्य स्वास्थ्य पर निर्भर करता है, और हम इसे आपके साथ साझा निर्णय के रूप में चर्चा करेंगे।

यदि हड्डी जुड़ती नहीं है, या मरम्मत विफल हो जाती है, तो आगे की सर्जरी अभी भी मदद कर सकती है। इसका मतलब यह हो सकता है कि इसे फिर से लगाया जाए, ठीक होने के लिए हड्डी के प्रत्यारोपण का उपयोग किया जाए, या कुछ मामलों में ऊपरी जांघ की हड्डी को कृत्रिम जोड़ से बदल दिया जाए। ये बचाव कार्य हैं, और उनके अपने विचार हैं जिन पर हम उस समय चर्चा करेंगे।

आपको केवल आराम और फिजियोथेरेपी के साथ इसे संभालने के लिए घर नहीं भेजा जाएगा। फिजियोथेरेपी अभी भी मायने रखती है, लेकिन यह सर्जरी के बाद आती है, ताकत बहाल करने के लिए और आपको फिर से चलने के लिए।

क्या उम्मीद करें

सर्जरी के साथ, इस जगह के अधिकांश फ्रैक्चर जुड़ जाते हैं। हड्डी यहां धीरे-धीरे बुनती है, और यह जांघ के इस हिस्से के लिए सामान्य है। आप सप्ताहों के बजाय महीनों में ठीक होने की उम्मीद कर सकते हैं, क्योंकि घनी हड्डी और इसके चारों ओर की मजबूत मांसपेशियों के कारण अन्य कई टूटने की तुलना में उपचार धीमा होता है।

जब हड्डी ठीक होने के दौरान दृढ़ता से एक पंक्ति में रखी जाती है तो संभावना अच्छी होती है। टुकड़ों को अच्छी तरह से पंक्तिबद्ध करना यहां बहुत मायने रखता है, और यह कुछ ऐसा है जो आपके सर्जन ऑपरेशन के दौरान हासिल करने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं। जब यह योजना के अनुसार चलता है, तो छड़ी भार वहन करती है जबकि आपका शरीर मरम्मत करता है, और आप बाद के महीनों में ताकत और चलने का पुनर्निर्माण करते हैं।

इसके बारे में जानने के लिए ईमानदार जोखिम हैं। हड्डी के इस भाग के माध्यम से भारी बलों के कारण, मरम्मत हार्डवेयर में अधिकांश अन्य फ्रैक्चर की तुलना में विफल होने की अधिक संभावना होती है। हड्डी को जोड़ने में भी सामान्य से अधिक समय लग सकता है, या कुछ मामलों में जोड़ने में विफल हो सकता है। यदि ऐसा होता है, तो यह आमतौर पर इसके साथ और समस्याएं लाता है, और चीजों को फिर से चलाने के लिए अक्सर आगे की सर्जरी की आवश्यकता होती है। कुछ लोगों में हड्डी को थोड़ा घुमावदार स्थिति में भी ठीक किया जाता है, जो पैर के महसूस करने और काम करने के तरीके को प्रभावित कर सकता है।

उपचार के बिना, चित्र कठिन है। मांसपेशियां टुकड़ों को लाइन से बाहर खींचती रहती हैं, इसलिए हड्डी अपने आप नहीं रहेगी। सर्जरी के बिना यह एक उपयोगी स्थिति में नहीं जुड़ पाएगा, और आप उस पैर पर भार डालने में असमर्थ रहेंगे।

यदि हड्डी पहले ऑपरेशन के बाद नहीं जुटती है, तो सब कुछ खोया नहीं है। आगे की सर्जरी अभी भी हड्डी को एकजुट कर सकती है, और जब ऐसा होता है, तो टूटना ठीक हो जाता है। हड्डियों को पतला करने वाली दवाओं के लंबे समय तक उपयोग के कारण होने वाले कुछ फ्रैक्चर और भी धीमे होते हैं, और उन्हें ठीक होने की घोषणा करने से पहले धैर्य और लंबे समय तक अनुवर्ती जांच की आवश्यकता होती है।

बुजुर्गों को पता होना चाहिए कि वसूली पूरे व्यक्ति को प्रभावित करती है, न कि केवल जांघ को। जीवन की गुणवत्ता अक्सर पहले महीनों में गिरती है और कुछ समय के लिए कम रह सकती है। आपके GP सहित आपकी देखभाल करने वाली टीम का प्रारंभिक ध्यान आपको अपने पैरों पर वापस आने में मदद करता है।

किसी से कब मिलना है

यह फ्रैक्चर एक आपात स्थिति है। यदि आप गिर गए हैं या घायल हो गए हैं और गंभीर जांघ या कमर में दर्द के कारण अपने पैर पर भार नहीं डाल सकते हैं, तो आपातकालीन विभाग में जाएं। जीपी अपॉइंटमेंट की प्रतीक्षा न करें।

कुछ चेतावनी बाद में आती है। यदि आप लंबे समय तक हड्डियों को पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं और आपको सुस्त दर्द या गहरे जांघ का दर्द होता है, तो अपने चिकित्सक से जल्दी संपर्क करें, भले ही कोई गिरना न हो। यह दर्द हड्डी वास्तव में टूटने से हफ्तों या महीनों पहले प्रकट हो सकता है, और इससे पहले इसकी जांच करने की आवश्यकता होती है।

उपचार के बाद, इस फ्रैक्चर के लिए ज्ञात समस्याओं के लिए देखें। यदि आपके जांघ का दर्द अपेक्षित महीनों में ठीक नहीं हो रहा है, या यदि पैर दूसरे पक्ष की तुलना में छोटा या मुड़ा हुआ लगता है, तो एक विशेषज्ञ की समीक्षा के लिए पूछें। यदि आपको बुखार, जांघ के चारों

ओर गर्मी या लाली, या सुधार की अवधि के बाद अचानक वजन उठाने में असमर्थता है, तो आपातकालीन विभाग में जाएं, क्योंकि ये मरम्मत के आसपास संक्रमण या धातु के काम के साथ समस्या का संकेत दे सकते हैं जिसे उसी दिन मूल्यांकन की आवश्यकता होती है।