

एसीएल का पुनर्निर्माण

यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनुदित 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 सर्जन डॉ. किरण हिरपारा आपके घुटने की विशिष्ट चोट के उपचार के अनुरूप 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 नियुक्ति पर हम एक इतिहास लेते हैं, आपके घुटने की जांच करते हैं और यदि आवश्यक हो तो स्कैन की व्यवस्था करते हैं। एमआरआई जैसी स्कैन एक फटे हुए अग्रवर्ती क्रॉस लिगामेंट की पुष्टि करने में अच्छी होती है, जो घुटने के अंदर ऊतक का पट्टा है जो टिन हड्डी को बहुत आगे फिसलने से रोकता है।

अग्रवर्ती क्रॉस लिगामेंट स्वयं को ठीक नहीं कर सकता, इसलिए एक पुनर्निर्माण इसे कंधे के एक नए टुकड़े के साथ फिर से बनाता है। हम आमतौर पर इस ऑपरेशन की पेशकश उन लोगों को करते हैं जो युवा या सक्रिय हैं, या जिनके घुटने को रास्ता मिलता है। उपचार आपकी उम्र, गतिविधि स्तर, आपके घुटने की अस्थिरता और किसी भी अन्य चोट के अनुसार किया जाता है। बहुत से लोग पहले फिजियोथेरेपी की कोशिश करते हैं ताकि आंदोलन बहाल हो सके और जांघ की मांसपेशियों की ताकत बढ़ सके, और सर्जरी तब होती है जब इससे पर्याप्त सुधार नहीं होता है। लक्ष्य एक ऐसा घुटना है जो स्थिर महसूस करता है, ताकि आप आगे बढ़ सकें और बिना झुकें सक्रिय रह सकें।

ऑपरेशन से पहले

सर्जरी से पहले के हफ्तों में आप एक फिजियोथेरेपिस्ट के साथ मिलकर घुटने को पूरी तरह से सीधा और झुकाने और जांघ की मांसपेशियों को बनाने के लिए काम करेंगे। पहले ऐसा करने से ऑपरेशन के बाद ठीक होना आसान हो जाता है। ऑपरेशन की योजना बनाने में मदद करने के लिए आपको स्कैन भी किया जाएगा, जैसे कि एक्स-रे या एमआरआई। उस दिन, सात घंटे पहले खाना बंद करें; हम मानक छह घंटे से थोड़ा अधिक समय के लिए पूछते हैं ताकि यदि सूची जल्दी चलती है तो आपकी सर्जरी को आगे लाया जा सके। आपका सर्जन आपको बताएगा कि किन दवाओं को रोकना है। किसी को आपको घर ले जाने की व्यवस्था करें, और अपनी वर्तमान दवाओं की एक सूची लाएं। ढीले, आरामदायक कपड़े पहनें। यदि आपके पास अन्य चिकित्सा स्थितियां 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। आप एनेस्थीसियोलॉजिस्ट से मिलेंगे, वह डॉक्टर जो आपको सोता है और ऑपरेशन के दौरान आपको आराम देता है। 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 करेंगे।

फिर आपको ऑपरेशन थिएटर में ले जाया जाता है, जहाँ आपरेशन किया जाता है। इसके बाद आप रिकवरी एरिया में जाग जाते हैं, जहाँ नर्स आपके ऊपर नजर रखती हैं जबकि एनेस्थेटिक का असर 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 आपकी वसूली कैसे चल रही है।

ऑपरेशन में क्या शामिल है

एक पुनर्निर्माण के साथ टूटे हुए लिगामेंट की जगह टेंडन का एक नया टुकड़ा लगाया जाता है, जिसे ग्राफ्ट कहा जाता है। प्रत्यारोपण आपके स्वयं के शरीर से आ सकता है, अक्सर घुटने के सामने से या जांघ के पीछे हैमस्ट्रिंग टेंडन से, या दाता ऊतक से। आपका सर्जन आपके घुटने, आपकी उम्र और उन गतिविधियों को चुनता है जिन्हें आप फिर से करना चाहते हैं।

यह ऑपरेशन घुटने के चारों ओर छोटे कटौती के माध्यम से किया जाता है एक पतली कैमरा का उपयोग करके जिसे आर्थ्रोस्कोप कहा जाता है, जो आपके सर्जन को जोड़ के अंदर देखने देता है। टूटे हुए लिगामेंट की पुष्टि की जाती है और घुटने को किसी अन्य क्षति के लिए जाँच की जाती है, जैसे कि टूटे हुए उपास्थि। छाती की हड्डी और जांघ की हड्डी में छोटी सुरंगें ड्रिल की जाती हैं, और नए ग्राफ्ट को उनके माध्यम से धागा लगाया जाता है ताकि यह पुराने लिगामेंट के स्थान पर बैठ जाए। फिर प्रत्यारोपण को पेंच या बटन के साथ अपनी जगह पर रखा जाता है जबकि यह हड्डी में ठीक हो जाता है।

घावों को सिलाई के साथ बंद किया जाता है और एक ड्रेसिंग के साथ कवर किया जाता है। आप घावों की देखभाल के लिए लिखित निर्देशों के साथ घर जाएंगे।

कुछ आंसुओं को पुनर्निर्माण के बजाय ठीक किया जा सकता है, लेकिन यह केवल रोगियों के एक छोटे समूह के लिए उपयुक्त है, आमतौर पर जहाँ लिगामेंट हड्डी से साफ-साफ फट गया है और ऊतक की गुणवत्ता अच्छी है। आपका सर्जन आपको बताएगा कि क्या आपके लिए मरम्मत एक विकल्प है।

ऑपरेशन के बाद

जब आप संज्ञाहरण से जागेंगे तो आप रिकवरी क्षेत्र में होंगे, और एक बार जब आप स्थिर हो जाएंगे तो आप एक वार्ड में चले जाएंगे या घर जाएंगे। आपकी टीम आपको बताएगी कि आप उसी दिन घर जा सकते हैं या एक रात अस्पताल में रह सकते हैं। नर्स आपको आराम से रखेगी और जरूरत पड़ने पर आपको दर्द से राहत देगी। आपके घुटने के घावों पर एक पट्टी होगी, और आपके पास ब्रेसलेट के बजाय एक समर्थन पट्टी हो सकती है। सर्जरी के दिन अधिकतर लोग खड़े होते हैं और एक फ्रेम या क्रच के साथ कुछ कदम उठाते हैं, जिसमें एक फिजियोथेरेपिस्ट आपकी मदद करता है। कृपया घर आने के बाद पहले 24 घंटों के लिए आपके साथ रहने के लिए किसी की व्यवस्था करें। 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 दिन आराम और कोमल गति के बारे में हैं। आपके घुटने में दर्द और सूजन होगी, और यह गर्म महसूस हो सकता है। आराम, बर्फ और दर्द निवारक आपकी टीम द्वारा निर्धारित सभी मदद। बैठने या लेटने पर पैर को ऊंचा रखें। सूजन आमतौर पर पहले कुछ दिनों में चरम पर होती है, फिर बाद के हफ्तों में धीरे-धीरे कम हो जाती है।

आप सर्जरी के तुरंत बाद एक फिजियोथेरेपिस्ट से मिलेंगे, और जब तक आपका घुटना ठीक हो जाता है तब तक आप उनके साथ काम करते रहेंगे। शुरुआती अभ्यास घुटने को पूरी तरह से सीधा करने पर केंद्रित होते हैं, इसे हर दिन थोड़ा और मोड़ते हैं और जांघ की मांसपेशियों को वापस चालू करते हैं। चलने की शुरुआत खुरचों या फ्रेम से होती है, और आप अपने फिजियोथेरेपिस्ट की सलाह के अनुसार पैर के माध्यम से वजन डालेंगे। हो सकता है कि आपको ब्रेसलेट के बजाय एक समर्थन पट्टी हो। जब आप स्थिर महसूस करते हैं तो आप घर पर अधिकांश काम कर सकते हैं: घर के चारों ओर घूमना, भोजन तैयार करना और सीढ़ियों पर ध्यान से चढ़ना और उतरना। जब तक आपका घुटना तैयार न हो तब तक घुटने को मोड़ने, घुमाने या घुटने टेकने से बचें।

जैसे-जैसे सूजन कम होती है और आंदोलन वापस आता है, व्यायाम कठिन होते जाते हैं। आप जांघ की मांसपेशियों में शक्ति का निर्माण करेंगे और संतुलन और नियंत्रण का अभ्यास करेंगे। बाद के चरण आपको उन गतिविधियों के लिए तैयार करते हैं जिन्हें आप फिर से करना चाहते हैं, जैसे दौड़ना, कूदना या दिशा बदलना। कुछ लोग सामान्य फिजियोथेरेपी के ऊपर एक संरचित रिटर्न-टू-स्पोर्ट्स प्रोग्राम को भी पूरा करते हैं, इससे पहले कि उन्हें अप्रतिबंधित खेल के लिए मंजूरी दी जाए।

वसूली व्यक्ति से व्यक्ति में भिन्न होती है। आपकी समय-सीमा भिन्न हो सकती है, और आपका सर्जन और फिजियोथेरेपिस्ट आपको प्रत्येक चरण 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।

घुटने में जकड़न। कुछ लोगों के घुटने में ऐसी जकड़न आ जाती है जो घुटने को झुकने या सीधा करने की क्षमता को सीमित कर देती है। आप देख सकते हैं कि आपके घुटने में जकड़न आ रही है या फिर यह पूरी तरह से सीधा नहीं हो पा रहा है। सर्जरी से पहले व्यायाम करना और पूर्ण गति प्राप्त करना इस जोखिम को कम करता है। अपने फिजियोथेरेपिस्ट को बताएं या क्लिनिक को कॉल करें यदि घुटना सीधा नहीं होगा।

संक्रमण। यह असामान्य है, लेकिन एक गहरे, धड़कने वाले दर्द के लिए देखें जो सरल दर्द निवारक दवाओं से कम नहीं होता है, घाव से बाहर फैलने वाली लाली, या बुखार और अस्वस्थ महसूस करना। घुटना गर्म, सूजन और बहुत नाजुक हो सकता है। यदि आप इनमें से कोई भी लक्षण देखते हैं, तो तुरंत क्लिनिक को कॉल करें या आपातकालीन विभाग में जाएं। संक्रमण का इलाज जोड़ को धोने और एंटीबायोटिक्स के साथ किया जाता है, और प्रत्यारोपण अक्सर अपनी जगह पर रह सकता है।

नया लिगामेंट फिर से फाड़ रहा है। प्रत्यारोपण फाड़ सकता है, जैसा कि मूल लिगामेंट ने किया था। यह आमतौर पर मुड़ने या गिरने के साथ होता है, और ऐसा लगता है कि घुटना फिर से रास्ता दे रहा है, अक्सर सूजन के साथ। यदि ऐसा होता है, तो क्लिनिक से संपर्क करें। लिगामेंट के पुनर्निर्माण के लिए दूसरा ऑपरेशन संभव है, हालांकि उस ऑपरेशन के बाद वसूली आमतौर पर धीमी होती है और परिणाम पहली बार के रूप में अनुमानित नहीं होते हैं।

दूसरे घुटने के अस्थिबंधन में चोट लगना। आपके दूसरे घुटने के लिगामेंट में भी आंसू आ सकते हैं, खासकर युवाओं में जो खेल में वापस आ रहे हैं। वापस जाने से पहले खेल-कूद कार्यक्रम के साथ अपना समय लेना दोनों घुटनों की रक्षा करता है।

घुटने के सामने का दर्द। यदि प्रत्यारोपण घुटने के सामने से लिया गया है, तो वह क्षेत्र विशेष रूप से घुटने टेकने के साथ दर्दनाक रह सकता है, और जांघ की मांसपेशियों को ताकत हासिल करने में धीमा हो सकता है। यदि यह आपको सीमित करता है तो अपनी समीक्षा में इसका उल्लेख करें।

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

हमें कब कॉल करें

अधिकांश समस्याएं जल्दी ही सामने आती हैं, और हम उनके बारे में जल्द से जल्द सुनना पसंद करते हैं। यदि आपको बुखार है, यदि घाव के आसपास की त्वचा लाल हो जाती है या तरल पदार्थ लीक होने लगता है, या यदि घुटना गर्म, सूजन और तेजी से दर्दनाक हो जाता है, तो हमें कॉल करें। यदि आपको अचानक तीव्र दर्द, आपके बछड़े में सूजन, या सांस लेने में तकलीफ होती है, तो आपातकालीन स्थिति में जाएं, क्योंकि ये रक्त के थक्के का संकेत दे सकते हैं। यदि आपका पैर सुन्न हो जाता है, ठंडा महसूस होता है या रंग बदलता है, या यदि आप इसे हिला नहीं सकते हैं, तो आपात स्थिति में जाएं।