

पटेल 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

घुटने की टोपी आपके घुटने के ठीक सामने, त्वचा के ठीक नीचे होती है। इससे चोट लगना आसान हो जाता है। आपके घुटनों पर गिरना, या आपका घुटना कार के डैशबोर्ड से टकराना, इसे तोड़ सकता है। कभी-कभी आपके जाँघ के सामने की मांसपेशी जब आपका घुटना झुकता है तो उसे जोर से दबा देता है, और यह बल ही इसे तोड़ सकता है।

दर्द आपके घुटने के सामने होता है। आपका घुटना आमतौर पर जल्दी सूज जाएगा, क्योंकि इस चोट के साथ जोड़ में रक्तस्राव होना आम बात है। सूजन बहुत दर्दनाक हो सकती है और घुटने को कठोर बना सकती है। इस तरह के गिरने के बाद चलना मुश्किल हो जाता है, और कई लोगों को कुर्सी से उठना, सीढ़ियों पर चढ़ना या घुटने टेकना मुश्किल लगता है।

आप एक कोमल अंतराल या एक कदम महसूस करने में सक्षम हो सकते हैं जहां हड्डी टूट गई है। यदि ब्रेक ने टुकड़ों को अलग कर दिया है, तो आप अपने घुटने को अपने दम पर सीधा नहीं कर पाएंगे। यह एक महत्वपूर्ण संकेत है। हालांकि, घुटने को सीधा करने में सक्षम होने से टूटने से इंकार नहीं किया जाता है, क्योंकि कुछ सहायक ऊतक अभी भी चीजों को एक साथ पकड़ सकते हैं।

अपने घुटने की टोपी के ऊपर की त्वचा पर भी ध्यान दें। कभी-कभी वहां कटाव या घाव होने का मतलब यह हो सकता है कि टूटना सतह पर खुल गया है, जो इसका इलाज करने के तरीके को बदल देता है।

घुटने के पास की कुछ चोटें भी ऐसी ही होती हैं। घुटने के नीचे की नस, या उससे ऊपर की नस जो आपकी जाँघ की मांसपेशियों को हड्डी से जोड़ती है, टूटने के बजाय फाड़ सकती है। जब ऐसा होता है तो आप अपने घुटने को सीधा करने की शक्ति भी खो देते हैं, और घुटने की टोपी सामान्य से अधिक ऊंची हो सकती है। ये आंसू अक्सर कूदने या सीढ़ियों से नीचे उतरने से होते हैं, और अक्सर एक कोमल अंतराल होता है जिसे आप महसूस कर सकते हैं जहां स्नायु हुआ करता था।

यदि आपका घुटना गिरने या ठोकर खाने के बाद आगे से फिसल जाता है, और सूज जाता है और ठीक से सीधा नहीं होता है, तो उसे तुरंत जांचने की ज़रूरत है। एक्स-रे आमतौर पर इस बात की पुष्टि करते हैं कि क्या हो रहा है।

वास्तव में क्या हो रहा है

आपके घुटने की टोपी आपके घुटने के सामने एक पुली की तरह काम करती है। आपके जाँघ के सामने की मांसपेशी इसके माध्यम से खींचती है, और यह खींच आपके घुटने को सीधा करती है जब आप खड़े होते हैं, सीढ़ियां चढ़ते हैं या चलते हैं। घुटने की टोपी कशेरुक को

जोड़ से थोड़ा दूर रखती है, जिससे मांसपेशियों को बेहतर लाभ मिलता है। जब यह टूट जाता है, तो यह पुली सिस्टम अपनी पकड़ खो देता है, और घुटने को सीधा करना कमजोर या असंभव हो जाता है।

ब्रेक दो तरीकों में से एक में होता है। एक सीधा हिट, जैसे आपके घुटनों पर गिरना या डैशबोर्ड पर टकराव, हड्डी को कई टुकड़ों में कुचल देता है। घुटने के झुकने के साथ जांच की मांसपेशियों से एक अचानक मजबूत खींचने से हड्डी उसके बीच में दो टुकड़ों में टूट सकती है। अधिकांश टूटने इस दूसरे प्रकार के होते हैं, हड्डी के पार एक साफ टूटना। उसी मजबूत खींचने से हड्डी टूट जाती है, इसके दोनों ओर के सहायक ऊतक भी फट सकते हैं, यही कारण है कि घुटने को सीधा करना अक्सर विफल हो जाता है।

डॉक्टर इन टूटने का वर्णन करते हैं जहां वे बैठते हैं और टुकड़े कितने दूर चले गए हैं। कुछ ब्रेक अपनी जगह पर रहते हैं, टुकड़े अभी भी पंक्तिबद्ध हैं। अन्य 3 मिलीमीटर से अधिक अलग हो जाते हैं, या संयुक्त सतह 2 मिलीमीटर से अधिक असमान हो जाती है। स्थान पर रहने वाले टूटने को अक्सर सर्जरी के बिना इलाज किया जा सकता है। ब्रेक जहां टुकड़े अलग हो गए हैं, या जहां आप गुरुत्वाकर्षण के खिलाफ अपने घुटने को सीधा नहीं कर सकते हैं, आमतौर पर टुकड़ों को एक साथ रखने और उस पुली को बहाल करने के लिए एक ऑपरेशन की आवश्यकता होती है।

घुटने की टोपी त्वचा के ठीक नीचे बैठती है, जिस पर कोई मांसपेशी पैडिंग नहीं होती है, यही कारण है कि यह सीधे झटकों के संपर्क में है। क्योंकि यह आपके घुटने को सीधा करने वाली मशीन का हिस्सा है, यहाँ टूटने से केवल हड्डी ही प्रभावित नहीं होती। इसके आसपास के सहायक ऊतक भी क्षतिग्रस्त हो सकते हैं, और यह क्षति है जो घुटने को ठीक से काम करने से रोकती 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 मोडिकेयर 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 घुटने की जांच करते हैं, और यदि आवश्यक हो तो एक्स-रे या सीटी स्कैन की व्यवस्था करते हैं। एक सीटी स्कैन में टूटने की रेखाएं और छोटे टुकड़े दिखाई दे सकते हैं जो साधारण एक्स-रे में नजर नहीं आते हैं।

यदि हड्डी के टुकड़े अभी भी पंक्तिबद्ध हैं और आप अभी भी अपने घुटने को सीधा कर सकते हैं, तो हम आमतौर पर सर्जरी के बिना इसका इलाज करते हैं। इसका मतलब है कि एक ब्रैकेट या स्प्लिंट जो आपके घुटने को सीधा रखता है, 4 से 6 सप्ताह तक पहना जाता है। कुछ लोगों को इसके बजाय पूरे पैर के गिप्स की आवश्यकता होती है, खासकर यदि ब्रेसलेट को रखना कठिन होगा। आप सरल अभ्यासों को जल्दी शुरू करते हैं, जबकि आप अभी भी ब्रेस या गिप्स में हैं, जांच की मांसपेशियों को कसते हुए और पैर को सीधे उठाते हुए। यह मांसपेशियों को बर्बाद होने से बचाता है। अधिकांश आधुनिक उपचार योजनाएं आपको पैर के माध्यम से कुछ वजन जल्दी लगाने देती हैं, जब तक कि घुटना पूरी तरह से सीधा रहता है। जब एक्स-रे से पता चलता है कि हड्डी जुड़ी हुई है, तो आप धीरे से घुटने को मोड़ना शुरू करते हैं। ब्रेक के लिए जो जगह में रहते हैं और इस तरह से इलाज किया जाता है, 98% लोगों के पास अंतिम अनुवर्ती पर एक अच्छा परिणाम होता है।

हम आपको सरल दर्द निवारक के माध्यम से बात करेंगे यदि आपको इसकी आवश्यकता है। विश्राम, बर्फ और पैर को ऊंचा रखने से पहले के दिनों में सूजन में मदद मिलती है।

सर्जरी पर विचार तब किया जाता है जब ब्रेक अलग हो गया हो, जब संयुक्त सतह कुछ मिलीमीटर से अधिक असमान हो, जब आप अपने घुटने को सीधा नहीं कर सकते हैं, या जब ब्रेक त्वचा के माध्यम से खुल गया हो। ऑपरेशन का उद्देश्य टुकड़ों को वापस पंक्ति में रखना और उन्हें ठीक होने के दौरान वहां रखना है, ताकि आपके घुटने के सामने की पुली प्रणाली फिर से काम करे। कभी-कभी घुटने की टोपी के ऊपर या नीचे की हड्डी का एक टुकड़ा वापस स्कू करने के लिए बहुत छोटा होता है, और इसे हटा दिया जाता है और सीधा हड्डी में कंधे की मरम्मत की जाती है। यदि घुटने की टोपी कई टुकड़ों में टूट जाती है जिसे फिर से नहीं बनाया जा सकता है, तो पूरे घुटने की टोपी को हटाया जा सकता है। हम आपके साथ विकल्पों के माध्यम से जाएंगे और साथ में निर्णय लेंगे कि आपके ब्रेक और आपके जीवन के लिए क्या उपयुक्त है।

क्या उम्मीद करें

अधिकांश घुटने के टूटने ठीक हो जाते हैं। हड्डी जोड़ती है, और घुटना फिर से काम करता है। लेकिन हड्डी को ठीक करना पहले की तरह घुटने को महसूस करने जैसा नहीं है। यह शुरू से ही जानने लायक है।

कई लोगों को चोट लगने के एक साल बाद भी घुटने के सामने का हिस्सा दर्द होता है। सर्जरी के साथ इलाज किए गए 30 लोगों के एक समूह में, उनमें से 24 (80%) को 12 महीने बाद भी यह दर्द था। हड्डी को पकड़ने के लिए उपयोग की जाने वाली धातु त्वचा के ठीक नीचे होती है, और यह रगड़ या दर्द कर सकती है। उसी समूह के एक तिहाई से अधिक लोगों ने बाद में धातु को हटाने का विकल्प चुना। जांघ की मांसपेशियों में कुछ कमजोरी और सीढ़ियों या घुटने टेकने में कुछ कठिनाई भी रह सकती है। घायल पक्ष पर मापी गई ताकत और घुटने के झुकने अक्सर दूसरे पक्ष से कम होते हैं, यहां तक कि वर्षों बाद भी।

रास्ते में जोखिम हैं। सर्जरी के साथ इलाज किए गए 737 घुटने की टोपी की एक बड़ी समीक्षा में, 1.9% मामलों में हड्डी जुड़ने में विफल रही और 3.2% में संक्रमण हुआ। लगभग तीन में से एक (33.6%) को आगे की सर्जरी की आवश्यकता थी, अक्सर क्योंकि धातु ढीली हो गई या दर्दनाक हो गई। यदि हड्डी का उपचार बिना सर्जरी के किया गया था, तो एक प्लास्टर कास्ट हड्डी को पतला कर सकता है, और एक नया टूटना बाद में हो सकता है, कभी-कभी एक अलग स्थान पर।

महीनों के दौरान, आप एक पल में ठीक होने के बजाय निरंतर प्रगति की उम्मीद कर सकते हैं। झुकना और सीधा करना आमतौर पर पहले वापस आता है, फिर ताकत, फिर सीढ़ियों और असमान जमीन पर आत्मविश्वास। कुछ लोग सब कुछ वे पहले किया था करने के लिए वापस जाओ। दूसरों को लगता है कि घुटने टेकना या लंबी सैर करना कभी भी एक जैसा महसूस नहीं करता है।

दो दीर्घकालिक बिंदु मायने रखते हैं। एक घुटने की टोपी टूटने से आपके जीवन में बाद में घुटने के प्रतिस्थापन की आवश्यकता होने की संभावना बढ़ जाती है, और यह जोखिम आपके साथ हमेशा के लिए रहता है। दूसरी ओर, 65 वर्ष से अधिक आयु के लोगों के लिए, यह चोट मृत्यु की अधिक संभावना से जुड़ी नहीं थी।

यदि आपके टूटने के साथ-साथ घुटने के अन्य हिस्सों, जैसे कि लिगामेंट्स को भी चोट लगी है, तो घुटने की टोपी को चोट लगने की तुलना में ठीक होना कठिन होता है।

किसी से कब मिलना है

कुछ संकेतों का अर्थ है कि आपको तुरंत देखा जाना चाहिए। यदि गिरने या चोट लगने के बाद आपका घुटना बहुत सूज गया है और आप इसे गुरुत्वाकर्षण के खिलाफ सीधा नहीं कर सकते हैं, तो आपातकालीन विभाग में जाएं। यही बात लागू होती है यदि आप घुटने की टोपी के ऊपर एक कोमल अंतर महसूस कर सकते हैं, या यदि इसके ऊपर की त्वचा काटी या रौंद दी गई है, क्योंकि टूटना सतह पर खुल सकता है। एक घुटना जो गर्म, तेजी से दर्दनाक और लाल होता है, उसी दिन मूल्यांकन की आवश्यकता होती है, क्योंकि सर्जरी के बाद संक्रमण एक संयुक्त में तेजी से फैल सकता है।

यदि आपके घुटने के सामने लंबे समय तक दर्द रहता है, या जब आप खड़े होते हैं या सीढ़ियां चढ़ते हैं तो आपका घुटना फिसल जाता है, तो एक विशेषज्ञ की समीक्षा के लिए पूछें। यदि आप का ऑपरेशन किया गया है और त्वचा के नीचे की धातु दर्दनाक हो जाती है या रगड़ती है, तो यह भी समीक्षा के लायक है।