

जमे हुए कंधे के लिए कैप्सूलर रिलीज

कंधे का जोड़ एक कठोर रेशदार कैप्सूल के अंदर होता है (यहां दिखाया गया है)। जमे हुए कंधे में यह कैप्सूल सिकुड़ता और कसता है; कैप्सूलर रिलीज संयुक्त को मुक्त करने के लिए अनुबंधित ऊतक को काटता है।

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



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

मैटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंगों के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपकी स्थिति के अनुरूप कम से कम आक्रामक विकल्पों से शुरू 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। आपकी नियुक्ति पर हम एक इतिहास लेते हैं, आपके कंधे की जांच करते हैं, और यदि निदान की पुष्टि करने के लिए आवश्यक हो तो इमेजिंग की व्यवस्था करते हैं।

जमे हुए कंधे के कारण दर्द और जकड़न होती है क्योंकि कैप्सूल, जो जोड़ के चारों ओर फैला हुआ अस्तर है, सूजन और तंग हो जाता है। हम आमतौर पर फिजियोथेरेपी, स्ट्रेचिंग और इंजेक्शन जैसी गैर-ऑपरेटिव देखभाल से शुरू करते हैं। जब पर्याप्त सुधार नहीं होता है तब सर्जरी पर विचार किया जाता है। कैप्सूलर रिलीज का अर्थ है उस अस्तर के तंग हिस्सों को काटना ताकि कंधा फिर से स्वतंत्र रूप से आगे बढ़ सके। हम यह सुझाव देते हैं कि जब अन्य उपचारों के अच्छे परीक्षण के बावजूद आपकी कठोरता स्थिर नहीं हुई है, और यह कंधे के चारों ओर छोटे चीरों के माध्यम से एक कीहोल ऑपरेशन के रूप में किया जाता है। अधिकांश लोगों को सर्जरी के तुरंत बाद कम दर्द और अधिक स्वतंत्र आंदोलन का एहसास होता है, और ऑपरेशन का उद्देश्य आंदोलन को बहाल करना, दर्द को कम करना और आपके कंधे को रोजमर्रा के उपयोग में वापस लाना है।

ऑपरेशन से पहले

आपका सर्जन आपको सर्जरी से कुछ सप्ताह पहले स्पष्ट निर्देश देगा। आपको सात घंटे पहले तक खाना और पीना बंद करना होगा। हम छह के बजाय सात के लिए पूछना ताकि अपने ऑपरेशन आगे लाया जा सकता है अगर थिएटर सूची जल्दी से चला जाता है। रक्त को पतला करने वाली दवाओं सहित आपके द्वारा ली जाने वाली सभी दवाओं के बारे में अपने सर्जन को बताएं, क्योंकि कुछ दवाओं को रोकने की आवश्यकता हो सकती है। दिन में उनकी एक लिखित सूची लाओ। इसके बाद आपको घर ले जाने के लिए किसी की व्यवस्था करें, और ढीले, आरामदायक कपड़े पहनें जिन्हें बदलना आसान हो। एक्स-रे, अल्ट्रासाउंड या एमआरआई स्कैन जैसी इमेजिंग ऑपरेशन की योजना बनाने में मदद करती है और आपके कंधे की स्थिति दिखाती है। 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। फिर आप एनेस्थीसियोलॉजिस्ट से मिलते हैं, वह डॉक्टर जो आपकी एनेस्थीसिया और दर्द निवारण की देखभाल करता है। यह ऑपरेशन एक क्षेत्रीय तंत्रिका अवरोध के साथ संयुक्त सामान्य संज्ञाहरण के तहत किया जाता है। आपरेशन के लिए आप पूरी तरह सोए रहेंगे, और ब्लॉक (एक इंजेक्शन जो आपके जागने से पहले हाथ की आपूर्ति करने वाली नसों को सुन्न कर देता है) सर्जरी के बाद पहले 12 से 24 घंटों के लिए दर्द से राहत प्रदान करता है। संज्ञाहरण विशेषज्ञ आप से ऑपरेशन से पहले मिलेंगे और आपको दोनों भागों के बारे में बताएंगे।

फिर आपको ऑपरेशन थिएटर में ले जाया जाता है, जहाँ आपरेशन किया जाता है। जब यह समाप्त हो जाता है, तो आप पुनर्प्राप्ति क्षेत्र में जागते हैं, जहां नर्स आपको देखती हैं जबकि संज्ञाहरण समाप्त 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।

ऑपरेशन में क्या शामिल है

आपका सर्जन इस ऑपरेशन को एक कीहोल प्रक्रिया के रूप में करता है। आपके कंधे के चारों ओर कुछ छोटे-छोटे कटाव किए जाते हैं, जिसमें पीठ में एक भी शामिल है। एक छोटे कैमरे के साथ एक पतली ट्यूब संयुक्त के अंदर जाती है ताकि सर्जन कैप्सूल को देख सके, संयुक्त के चारों ओर तंग अस्तर, एक स्क्रीन पर।

फिर कंधे को मुक्त करने के लिए ऊतक के तंग बैंडों को काट दिया जाता है। शल्यचिकित्सक कंधे के शीर्ष के पास से शुरू होकर और नीचे और चारों ओर जाकर संयुक्त के पूरे अस्तर के चारों ओर काम करता है। कैप्सूल के एक हिस्से को काटने से केवल एक दिशा में आंदोलन मुक्त होता है, इसलिए रिलीज पूरे जोड़ को कवर करता है। संयुक्त के अंदर सूजन के ऊतकों को भी साफ किया जा सकता है। संयुक्त के निचले भाग के पास चलने वाली तंत्रिकाओं के पास सावधानी बरती जाती है, और उन्हें बचाने के लिए रिलीज को परतों में किया जाता है।

एक बार जब तंग ऊतक मुक्त हो जाता है, तो आपके कंधे को धीरे-धीरे स्थानांतरित किया जाता है ताकि गति की नई सीमा की जांच की जा सके। फिर छोटे-छोटे घावों को टांके लगाकर बंद कर दिया जाता है, और उन पर एक ड्रेसिंग लगाई जाती है।

लक्ष्य सरल है: जो तंग है उसे काट लें ताकि जोड़ फिर से स्वतंत्र रूप से चल सके।

ऑपरेशन के बाद

अधिकांश रोगी इस ऑपरेशन के बाद एक रात अस्पताल में रहते हैं, हालांकि कुछ उसी दिन घर जाने में सक्षम होते हैं। आप रिकवरी क्षेत्र में जाग, तो वार्ड में स्थानांतरित। आपका हाथ आराम के लिए एक साधारण स्लिंग में आराम करता है; यह व्यायाम और धोने के लिए बंद हो जाता है। एक नर्स आपको सीधे शुरू करने के लिए कोमल आंदोलन दिखाएंगी, और आप उन्हें दिन भर करते रहेंगे। दर्द निवारण की योजना आपके जागने से पहले बनाई जाती है, इसलिए अधिकांश लोग पहले दिन या दो को प्रबंधनीय पाते हैं। किसी को पहले 24 घंटे के लिए आप के साथ रहना चाहिए। 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

अधिकतर लोग बदलाव को तुरंत नोटिस करते हैं। तंग, पकड़ने वाला दर्द जो नींद और ड्रेसिंग को मुश्किल बनाता है, अक्सर पहले दिनों से बहुत कम होता है। आपके हाथ में अभी भी दर्द होगा, और आपके कंधे में चोट लग सकती है और जहां काम किया गया था वहां सूजन हो

सकती है। यह पहले कुछ हफ्तों में ठीक हो जाता है। अपनी कोमल गति को बनाए रखना, आपको दिए गए दर्द निवारक का उपयोग करना, और व्यायाम के समय के बीच स्लिंग में हाथ को आराम देना सभी मदद करते हैं।

आपके दिन साधारण, नियमित व्यायाम पर केन्द्रित होंगे। अस्पताल से निकलने से पहले एक नर्स आपको पहली चाल दिखाएगी, और आप उन्हें दिन भर दोहराएं ताकि नई चाल फिर से कठोर न हो जाए। आपका फिजियोथेरेपिस्ट तब आपके कार्यक्रम का मार्गदर्शन करता है, धीरे-धीरे सहायक खिंचाव से लेकर आप स्वयं द्वारा किए जाने वाले आंदोलनों तक का निर्माण करता है। स्लिंग केवल आराम के लिए है; इसे व्यायाम और धोने के लिए उतार दिया जाता है। आप घर के चारों ओर स्वतंत्र रूप से घूम सकते हैं, लेकिन ड्राइविंग करने से पहले अपने सर्जन की मंजूरी तक प्रतीक्षा करें, आमतौर पर छह सप्ताह की समीक्षा में। हमारा मार्गदर्शक [ऊपरी अंग की सर्जरी के बाद ड्राइविंग](#) इसे और अधिक विस्तार से समझाता है।

जैसे-जैसे आंदोलन वापस आता है, रोजमर्रा के कार्य चरणों में वापस आते हैं: आपकी पीठ तक पहुंचना, अपना हाथ ऊपर उठाना, फिर काम पर वापस जाना और जिन गतिविधियों का आप आनंद लेते हैं। वसूली व्यक्ति से व्यक्ति में भिन्न होती है, और आपकी समयसीमा भिन्न हो सकती है। आपका सर्जन और फिजियोथेरेपिस्ट प्रत्येक समीक्षा में आपका 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।

आपके कंधे के आसपास की छोटी-छोटी चोटें संक्रमित हो सकती हैं। घाव से फैलने वाली लाली, सूजन जो खराब हो जाती है, या साइट से तरल का रिसाव देखने के लिए देखें। एक गहरा, धड़कता हुआ दर्द जो साधारण दर्द निवारक दवाओं से कम नहीं होता, एक और चेतावनी संकेत है। यदि आप इनमें से कोई भी नोटिस करते हैं, तो अगली यात्रा की प्रतीक्षा करने के बजाय क्लिनिक को कॉल करें। जल्दी पकड़ा गया संक्रमण आमतौर पर जल निकासी और एंटीबायोटिक गोलिएयों के एक कोर्स के साथ बस जाता है।

कंधे के पास तंत्रिकाएं चलती हैं, और उनके पास सर्जरी से अस्थायी जलन हो सकती है। आपको हाथ में झुनझुनी, सुइयों और सुइयों, या सुन्नता के धब्बे लग सकते हैं। कुछ लोगों को लगता है कि हाथ का एक हिस्सा कमजोर महसूस करता है या धीमी प्रतिक्रिया देता है। ये परिवर्तन आमतौर पर अस्थायी होते हैं और दिनों से लेकर महीनों तक अपने आप ठीक हो जाते हैं। अपनी समीक्षा में किसी भी नए सुन्नता या झुनझुनी का उल्लेख करें, या यदि यह अचानक दिखाई देता है तो क्लिनिक को कॉल करें।

ऑपरेशन के दौरान हड्डी और जोड़ की चिकनी परत को चोट लग सकती है। आप इसे दर्द के रूप में नोटिस करेंगे जो सामान्य पोस्ट-ऑपरेटिव दर्द से अलग है, या जब आप चलते हैं तो एक क्लिक या पीस महसूस करते हैं। इसे अपनी अगली समीक्षा में लाएं ताकि इसकी जाँच की जा सके।

रोटटर कफ, टेंडन्स का समूह जो आपको अपने हाथ को उठाने और घुमाने में मदद करता है, भी प्रभावित हो सकता है। यह कंधे के किनारे एक गहरे दर्द की तरह महसूस होता है, जब आप अपना हाथ उठाते हैं या सिर के ऊपर पहुंचते हैं तो कमजोरी होती है। कपड़े पहनने जैसे साधारण कामों को करना अपेक्षा से अधिक कठिन लग सकता है। यदि यह उम्मीद के अनुसार सुधार नहीं करता है, तो अपने सर्जन या फिजियोथेरेपिस्ट को बताएं, ताकि वे इसकी जांच कर सकें और आपके कार्यक्रम को समायोजित कर सकें।

यदि समीक्षाओं के बीच आपको कोई चिंता है, तो क्लिनिक को फोन करें। इस पृष्ठ पर जटिलताओं की तालिका विशिष्ट दरों को सूचीबद्ध करती है यदि आप विशिष्टता चाहते हैं।

हमें कब कॉल करें

यदि आपको बुखार है, या यदि किसी घाव से लाली, सूजन या तरल पदार्थ का रिसाव बढ़ जाता है, तो तुरंत क्लिनिक को कॉल करें। यदि आपको अचानक तीव्र दर्द, नई सुन्नता या झुनझुनी महसूस होती है, या यदि आप अपने हाथ को नहीं हिला पाते हैं तो हमें कॉल करें। यदि आपको बछड़े की सूजन या दर्द, या सांस की तकलीफ है, तो आपातकालीन स्थिति में जाएं, क्योंकि ये रक्त के थक्के का संकेत दे सकते हैं। यदि कुछ भी आपको चिंतित करता है और आप निश्चित नहीं हैं, तो हमें कॉल करें। हम इसके बारे में जल्दी सुनना पसंद करेंगे।

इस स्थिति के बारे में अधिक जानकारी कहां से प्राप्त करें

यह पृष्ठ स्वयं ऑपरेशन के बारे में है। यह किस स्थिति का इलाज करता है, जिसमें यह भी शामिल है कि क्या सबूत दिखाता है कि सर्जरी कब मदद करती है और कब नहीं, इस पर अधिक विस्तार से कवर किया गया है [जमे हुए कंधे](#) पृष्ठ।