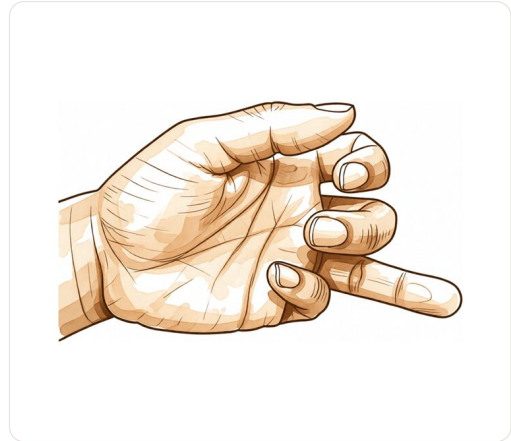


ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ (ਫਲੈਕਸਰ ਟੈਂਡਨ ਅਵਲਸ਼ਨ)

ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ: ਡੀਪ ਫਲੈਕਸਰ ਟੈਂਡਨ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਖਰ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਂਗਲ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਿਖਰ ਹੁਣ ਮੁੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

Kieran Hirpara © ① ③ 4.0



ਇਹ ਪੰਨਾ ਮਸ਼ੀਨ ਦੁਆਰਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂਚਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ। **ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੰਸਕਰਣ** ਹੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ

ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ (Jersey finger) ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਪਲ 'ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਤੁਸੀਂ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯਾਦ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਜਿਸਦਾ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੇਡ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਫੜਨ ਵੇਲੇ। ਇਸਦਾ ਨਾਮ ਇੱਥੋਂ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਰਗਬੀ ਜਾਂ ਫੁਟਬਾਲ ਵਿੱਚ, ਜਦੋਂ ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀ ਪਿੱਛੇ ਹਟਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਜਰਸੀ ਦਾ ਇੱਕ ਥੋੜ੍ਹਾ ਹਿੱਸਾ ਫੜਨਾ। ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਅਚਾਨਕ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲੀ ਸੁੱਜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਦਾਗ਼ (ਬਰੂਜ਼) ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਮੋੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਉਂਗਲੀ ਦਾ ਸਿਰੇ ਵਾਲਾ ਜੋੜ (ਨੱਖ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਵਾਲਾ ਛੋਟਾ ਜੋੜ, ਜਿਸਨੂੰ DIP ਜੋੜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਮੁੱਠੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਹਥੇਲੀ ਵੱਲ ਮੁੜਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਂਗਲੀ ਦਾ ਬਾਕੀ ਹਿੱਸਾ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਅੰਗੂਠੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਚੌਥੀ ਉਂਗਲੀ (ਰਿੰਗ ਫਿੰਗਰ) ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਜਾਂ ਹਥੇਲੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇੱਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਗੁੱਠ (ਲੰਪ) ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: ਉਹ ਗੁੱਠ ਟੈਂਡਨ (ਤੰਤੀ) ਦਾ ਸਿਰਾ ਹੈ, ਜੋ ਹੱਡੀ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਕੇ ਇੱਕ ਛੱਡੇ ਗਏ ਇਲਾਸਟਿਕ ਬੈਂਡ ਵਾਂਗ ਵਾਪਸ ਖਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਫਲੈਕਸਰ ਡਿਗਿਟੋਰਮ ਪ੍ਰੋਫੰਡਸ (FDP) ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਟੈਂਡਨ ਹਰ ਉਂਗਲ ਦੇ ਹਥੇਲੀ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਚਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਰੇ ਵਾਲੀ ਛੋਟੀ ਹੱਡੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਕੰਮ ਉਸ ਆਖਰੀ ਜੋੜ ਨੂੰ ਮੋੜਨਾ ਹੈ। ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ (Jersey finger) ਵਿੱਚ, ਉਂਗਲ ਨੂੰ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਸਿੱਧਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪੇਸ਼ੀ ਉਸਨੂੰ ਮੋੜਨ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਖਿੱਚ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਟੈਂਡਨ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਰੇ ਵਾਲੀ ਹੱਡੀ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਟਿਕਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉੱਥੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਟੁਕੜਾ ਵੀ ਖਿੱਚ ਕੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਢਿੱਲੇ ਟੈਂਡਨ ਦੇ ਸਿਰੇ ਕਿੰਨੀ ਦੂਰ ਵਾਪਸ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਰਜਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੋਟਾਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਸਮੂਹਬੱਧ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਲੈਡੀ-ਪੈਕਰ ਵਰਗੀਕਰਨ)। ਜਦੋਂ ਟੈਂਡਨ ਸਿਰਫ਼ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੂਰੀ ਤੱਕ ਵਾਪਸ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਂਗਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਖੂਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਰੁਕ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਥੇਲੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਆਪਣੀ ਖੂਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਗੁਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਚੈਨਲ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫਿਸਲਦਾ ਹੈ (ਪੁਲੀ

ਸਿਸਟਮ) ਸਕਾਰ ਹੋਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਪਸ ਖਿੱਚੀ ਗਈ ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ **ਸਮਾਂ-ਨਾਜ਼ੁਕ** ਹੈ: ਇਸਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਛੱਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਟੈਂਡਨ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਜੋੜਨਾ ਓਨਾ ਹੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਅਜੇ ਵੀ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਇਹ ਆਪਣੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਇਸਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਵੀ ਸੰਭਾਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ (Jersey finger) ਦੀ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਰਜਰੀ ਰਾਹੀਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਟੈਂਡਨ ਨੂੰ ਹੱਡੀ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸਦੇ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਟੈਂਡਨ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ:

- ਜੇਕਰ ਟੈਂਡਨ ਹੱਡੀ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਿੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਗਏ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਐਂਕਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਰੇ ਰਾਹੀਂ ਲੰਘਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਸਿਲਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਟਨ (ਇੱਕ "ਪੁਲ-ਆਉਟ" ਮੁਰੰਮਤ) ਦੇ ਉੱਪਰ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਦੁਬਾਰਾ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਟੈਂਡਨ ਨੇ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਵੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਖਿੱਚਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਟੁਕੜੇ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਸਕੂ, ਤਾਰ ਜਾਂ ਛੋਟੀ ਪਲੇਟ ਨਾਲ ਥਾਪੀ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਕ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਪਲਮ (ਹਥੇਲੀ) ਵਿੱਚ ਸੁੰਗੜ ਗਿਆ ਟੈਂਡਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ **ਲਗਭਗ 7 ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ** ਮੁਰੰਮਤ ਦੀ ਲੋੜ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਇਹ ਆਪਣੀ ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕਰ ਦੇਵੇ। ਹੱਡੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਦੁਆਰਾ ਰੁਕੀ ਹੋਈ ਚੇਟ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਰੰਤ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਚੇਟ ਨੂੰ ਛੁੱਟ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਪਤਾ ਲੱਗੇ, ਤਾਂ ਸਧਾਰਨ ਦੁਬਾਰਾ ਜੋੜਨਾ ਹੁਣ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਿਕਲਪ ਵੱਡੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਗ੍ਰਾਫਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਟੈਂਡਨ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬਣਾਉਣਾ, ਜਾਂ, ਜੇਕਰ ਸਮੱਸਿਆ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਰੇ ਦੀ ਜੋੜੀ ਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਥਿਰ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਦਰਦ ਵਾਲੀ ਉਂਗਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਛੋਟੀ ਜੋੜੀ ਨੂੰ ਫਿਊਜ਼ (fusing) ਕਰਨਾ। ਇਹਨਾਂ ਮੁਰੰਮਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਬਾਅਦ, ਟੈਂਡਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਭਰਪਾਈ ਦੌਰਾਨ ਖਿੱਚ ਕੇ ਨਾ ਫੜਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈਂਡ-ਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ (jersey finger) ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਕੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਮੁੜ ਮੁਰੰਮਤ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਭਵਿੱਖਤਾ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਸਿਰੇ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਮੁੜ ਮੁਰੰਮਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਫਲੈਕਸਰ ਟੈਂਡਨ (flexor tendon) ਪਹਿਲੀਆਂ ਕਈ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਸਪਲਿੰਟ ਪਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੈਂਡ ਥੈਰੇਪਿਸਟ (hand therapist) ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋਗੇ ਜੋ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਧੀਮੇ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਕਰਨਾ ਮੁੜ ਮੁਰੰਮਤ ਦੇ ਅਸਫਲ ਹੋਣ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਗਿੱਪ ਅਤੇ ਭਾਰੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਥੈਰੇਪਿਸਟ ਅਤੇ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਡ ਜਾਂ ਮੈਨੂਅਲ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨਾ ਕਰਨਗੇ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਮੁੜ ਮੁਰੰਮਤ ਚੰਗੀ ਹੋਵੇ, ਫਿਰ ਵੀ ਉਂਗਲੀ ਦਾ ਜੋੜ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਖ਼ਤ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚੇਟਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਦੇਰ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਾਫਟ ਜਾਂ ਜੋੜ ਜੋੜਨ (joint fusion) ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਸਿਰੇ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਮਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਸੇ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਇਲਾਜ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਕਦੋਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੈ

- **ਗਿੱਪਿੰਗ ਚੇਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਮੋੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।** ਇਹ ਜਰਸੀ ਫਿੰਗਰ (jersey finger) ਦਾ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ **ਤੁਰੰਤ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ: ਇਹ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।** ਜੇ ਕੁਝ “ਜੈਮਡ” ਜਾਂ ਖਿੱਚੀ ਹੋਈ ਉਂਗਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੱਡੀ ਤੋਂ ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਟੈਂਡਨ (tendon) ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਨਤੀਜੇ ਜਲਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।
- ਅਜਿਹੀ ਚੇਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਂਗਲ ਜਾਂ ਹਥੇਲੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦਨਾਕ ਗੁੱਠ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਂਗਲ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਮੋੜਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਨਾਲ।
- ਖੇਡ ਜਾਂ ਗਿੱਪਿੰਗ ਚੇਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਂਗਲ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ, ਸੋਜ ਜਾਂ ਦਾਗ ਜੋ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।
- ਕੋਈ ਵੀ ਉਂਗਲ ਦੀ ਚੇਟ ਜਿੱਥੇ ਉਂਗਲ ਦੀ ਗਤੀ, ਅਹਿਸਾਸ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਿਖਾਵੀ ਬਦਲਾਅ ਗਲਤ ਲੱਗੇ: ਸੰਦੇਹ ਹੋਣ ‘ਤੇ, ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।