

# ਪਾਈਰੋਕਾਰਬਨ ਇੰਟਰਪੋਜ਼ਿਸ਼ਨ ਆਰਥਰੋਪਲਾਸਟੀ

ਆਰਥਰਾਈਟਿਸ ਵਾਲੇ ਜੋੜ ਨੂੰ ਰੀਸਰਫੇਸਿੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਈਰੋਕਾਰਬਨ ਇਮਪਲਾਂਟ।

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



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

## ਇਸ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਘਸਾਅ-ਪੱਟੀ ਵਾਲੇ ਸੰਘਰਸ਼ (wear-and-tear arthritis) ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਈਰੋਕਾਰਬਨ ਇੰਟਰਪੋਜ਼ਿਸ਼ਨ ਆਰਥਰੋਪਲਾਸਟੀ (pyrocarbon interposition arthroplasty) ਨਾਮਕ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਆਰਾਮ ਜਾਂ ਸਪਲਿੰਟਿੰਗ ਵਰਗੇ ਗੈਰ-ਸਰਜਰੀ ਵਿਕਲਪ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਾਹਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਚੁਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਟਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਉਂਗਲੀ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਫੜਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਉਂਗਲੀ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਜੋੜ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਵੀ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਸਪਲਿੰਟ ਪਹਿਨੋਗੇ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਸਪਲਿੰਟ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇ ਦੇ। ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ [ਉੱਪਰਲੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ](#) ਦੇਖੋ।

## ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭੁੱਖੇ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਅਨੁਸਾਰ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਬੰਦ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਰਾਈਡ (ਡਰਾਈਵਰ) ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਕੱਪੜੇ ਲਿਆਓ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ X-ਰੇ, ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਐਨੈਸਥੈਟਿਕ ਸਮੀਖਿਆ (anaesthetic review) ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਹ ਓਪਨ ਪ੍ਰੋਸੀਜ਼ਰ (open procedure) ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਇਕੱਲੀ ਕੱਟ (cut) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗਾ। ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਅੰਗੂਠੇ ਦਾ ਸਪਲਿੰਟ (thumb splint) ਪਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਪਲਿੰਟ ਲੱਗਾ ਹੋਵੇ, ਤਦੋਂ ਤੱਕ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੀਅਰਿੰਗ ਵੀਲ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਫੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਪਲਿੰਟ ਹਟਾਉਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਦੁਆਰਾ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ [ਅਪਰ-ਲਿੰਬ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ](#) ਦੇਖੋ।

# ਦਿਨ ਤੇ

ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਐਨੈਸਥੀਟਿਸਟ ਨਾਲ ਮਿਲੋਗੇ। ਇਹ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਜਨਰਲ ਐਨੈਸਥੀਟਿਕ ਹੇਠ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁੱਤਿਆ ਰਹੋਗੇ। ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੋਸਟ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਦਰਦ ਦੀ ਸੁਰਖਿਆ ਲਈ ਰੀਜੀਅਨਲ ਨਰਵ ਬਲਾਕ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਐਨੈਸਥੀਟਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਲਤਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਉਸ ਦਿਨ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਬੇਸ (ਤਲੇ) ਦੇ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਕਟਾਅ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਰਿਕਵਰੀ ਵਿੱਚ ਜਾਗੋਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਸਪਲਿੰਟ ਹੋਵੇਗਾ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਪਲਿੰਟ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋਏ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੀਅਰਿੰਗ ਵ੍ਹੀਲ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਫੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਸਪਲਿੰਟ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਦੁਬਾਰਾ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਸਪਲਿੰਟ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ, [ਅਪਰ-ਲਿੰਬ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ](#) ਦੇਖੋ।

## ਇਹ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਬੇਸ (ਤਲੇ) ਦੇ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਇਕੱਲੀ ਕੱਟ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਜੋੜੇ ਤੱਕ ਸਿੱਧੀ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ, ਸਰਜਨ ਅੱਧੀ ਟ੍ਰੈਪੀਜ਼ੀਅਕਟੋਮੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋੜਾ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਗੱਡੀ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਾਈਰੋਕਾਰਬਨ ਇਮਪਲਾਂਟ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਗੱਡੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਕੁਸ਼ਨ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਘਸਾਅ-ਪਹਿਨਾਅ ਆਰਥਰਾਈਟਸ ਲਈ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਗੈਰ-ਸਰਜਰੀ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਇਮਪਲਾਂਟ ਨੂੰ ਰੱਖ ਕੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ ਐਕਟਿਵ ਅਤੇ ਪੈਸਿਵ ਦੋਵੇਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ। ਮਕਸਦ ਜੋੜੇ ਦੀ ਸਥਿਰਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਸਧਾਰਨ ਲੰਬਾਈ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁੱਖ ਪਿੰਚ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ।

ਇਮਪਲਾਂਟ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕੱਟ ਨੂੰ ਸਿਫ਼ਤਰਾਂ (ਸਿਊਚਰਜ਼) ਨਾਲ ਬੰਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਅੰਗੂਠੇ ਦਾ ਸਪਾਈਕਾ ਜਾਂ ਸਪਲਿੰਟ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਪਲਿੰਟ ਪਹਿਨੇ ਹੋਏ ਡਰਾਈਵ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੀਅਰਿੰਗ ਵ੍ਹੀਲ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਫੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਸਪਲਿੰਟ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ, [ਅਪਰ-ਲਿੰਬ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਡਰਾਈਵਿੰਗ](#) ਦੇਖੋ।

## ਸਰਜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਤੁਸੀਂ ਰਿਕਵਰੀ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਹੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਆਵੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਦਰਦ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਾਅ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਸਪਲਿੰਟ, ਡਰੈਸਿੰਗ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਲਿੰਗ ਨਾਲ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣਗੇ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਇਕੱਲੀ ਕੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ ਇਸ ਸਰਜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਰਾਤ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੁਝ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਪਲਿੰਟ ਪਾਏ ਹੋ, ਤਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤੇ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਪਲਿੰਟ ਨਹੀਂ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ, ਤਦੋਂ ਤੱਕ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ। ਵਧੇਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਉੱਪਰਲੇ ਅੰਗ ਸਰਜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

## ਬਰਾਮਦਗੀ (ਰਿਕਵਰੀ)

ਤੁਹਾਡੀ ਉਂਗਲੀ ਅਤੇ ਕਲਾਈ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਅਤੇ ਸੋਜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਸਧਾਰਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖ ਕੇ ਦੇਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀ ਸਤਹ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਸੋਜ ਘਟਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਥੰਮਬ ਸਪਲਿੰਟ (thumb spica splint) ਪਾਉਂਦੇ ਰਹੋਗੇ। ਇਹ ਬ੍ਰੇਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਜੋੜ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਪਲਿੰਟ ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਟੀਅਰਿੰਗ ਵੀਲ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਫੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਸਪਲਿੰਟ ਨਹੀਂ ਹਟਾਉਂਦਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। [ਅਪਰ-ਲਿੰਬ ਸਰਜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ](#) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਭੌਤਿਕ ਚਿਕਿਤਸਕ (physiotherapist) ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਤੀ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਹਲਕੀਆਂ ਵਰਜਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਸਧਾਰਨ ਚਾਲਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਧੀਰੇ-ਧੀਰੇ ਤਾਕਤ ਵਧਾਉਂਦੇ ਜਾਵੋਗੇ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਸੋਜ ਠੀਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲੀ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸਥਿਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਦਰਦ ਦੇ ਫੜ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਗਿਲਾਸ ਫੜਨ ਜਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਨੌਬ ਘੁਮਾਉਣ ਵਰਗੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕੋਗੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਅਤੇ ਭੌਤਿਕ ਚਿਕਿਤਸਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਗੇ।

## ਕੀ ਗਲਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ ਚੰਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਅਤੇ ਟੀਮ ਕੋਈ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਲਦੀ ਪਛਾਣਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਨਾਲ ਵਾਲੇ ਜੋੜ ਵਿੱਚ ਘਸਾਈ-ਪੁਟੀ ਦਾ ਆਰਥਰਾਈਟਿਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੁੜੀ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉਣ ਸਮੇਂ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟੈਨਿਸ ਵਰਗੇ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਮੁੜੀ ਦੀ ਗਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉੱਚ-ਭਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘਾ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਸਧਾਰਨ ਦਰਦ ਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਇਸ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦੀ ਸਾਰਣੀ ਵਿੱਚ ਆਮ ਦਰਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵੇਰਵੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

## ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਕਦੋਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ, ਵਧਦੀ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਘਾਵ ਤੋਂ ਸਰਾਬ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਅਚਾਨਕ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ, ਪਿੰਜਣੀ ਵਿੱਚ ਸੋਜ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਥੰਬ ਵਿੱਚ ਅਹਿਸਾਸ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਥੰਬ ਨੂੰ ਹਿਲਾ ਨਾ ਸਕੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਸਪਲਿੰਟ ਪਾਏ ਹੋਏ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਸਪਲਿੰਟ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਦੁਆਰਾ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਣ ਤੱਕ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਨਾ ਕਰੋ।