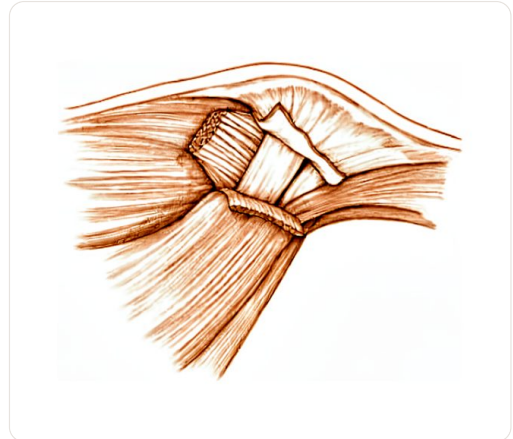


ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ UCL ਚੋਟ

ਅੰਗੂਠੇ ਦਾ ਟੁੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਅਲਨਰ ਕੋਲੈਟਰਲ ਲਿਗਾਮੈਂਟ (ਸਕੀਅਰਜ਼ ਥੰਬ)।

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।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦਰਦ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਦ ਅਲਨਰ ਕੋਲੈਟਰਲ ਲਿਗਾਮੈਂਟ (ulnar collateral ligament) ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੀ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਬੈਂਡ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਫਟਦਾ ਹੈ, ਜੋੜ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਅਸਥਿਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨੋਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਧਾਰਨ ਚਾਲਾਂ ਵਿੱਲੀਆਂ ਜਾਂ ਥਰਥਰਾਹਟ ਵਾਲੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਦਰਦਨਾਕ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਿੱਛੇ ਜਾ ਕੇ ਬ੍ਰਾ ਬੰਨ੍ਹਣਾ ਦਰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਟ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਧੱਕਣਾ ਜਾਂ ਭਾਰੀ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਉਠਾਉਣਾ ਤੀਬਰ ਅਸੁਵਿਧਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਰਦ ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਾਸੇ ਸੌਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਫੜਨਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਾਂ ਅਸਹੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਐਕਸ-ਰੇ 'ਤੇ ਵਿਸਥਾਪਿਤ ਫਲੈਕ ਸਾਈਨ (displaced fleck sign) ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸਦੇ ਲਈ ਅਕਸਰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਅੰਗੂਠੀ ਸਪਾਈਕਾ ਕਾਸਟ (thumb spica cast) ਉਸ ਖੇਤਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਦੇ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਨੇੜਲੇ ਜੋੜਾਂ 'ਤੇ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਮੁਰੰਮਤ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਕਾਰਜਕੁਸ਼ਲਤਾ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਧਾਰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੁਧਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਚੋਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਲਨਰ ਕੋਲੈਟਰਲ ਲਿਗਾਮੈਂਟ (ulnar collateral ligament) ਇੱਕ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਟੈਂਡਨ ਫਾਈਬਰਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਸਮਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਜੋੜੀ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਫਾਈਬਰ ਟੁੱਟਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋੜੀ ਆਪਣੀ ਸਥਿਰਤਾ ਗੁਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਿਲਣ-ਡੁਲਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਅਸਥਿਰਤਾ ਹੀ ਉਹ ਦਰਦ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਜੋੜੀ ਨੂੰ ਜੋੜੀ ਕੈਪਸੂਲ (joint capsule) ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਢਾਂਚੇ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਟੁਕੜਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਟੁਕੜਾ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਹਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਜੋੜੀ

ਵਿੱਚ ਫਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੀਅਰ ਵਿੱਚ ਪਏ ਪੱਥਰ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖਾਸ ਰੁਕਾਵਟ ਅਕਸਰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਆਕਾਰ ਟੁੱਟਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ, ਪਰ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਹ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕਾਫ਼ੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਸੁੰਗੜਦੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਲਿਗਾਮੈਂਟ 'ਤੇ ਵਾਧੂ ਤਣਾਅ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਸਦੇ ਟੁੱਟਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਸ ਰਸਮੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਖਾਸ ਟੇਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਟੈਂਡਨ ਗ੍ਰਾਫਟ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਰੀਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਨਾਰਮਲ ਹਿਲਜੁਲ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਬਿਨਾਂ ਜੋੜੀ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਖ਼ਤ ਕੀਤੇ। ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਵੀ ਮੁਰੰਮਤ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਦੀ ਅਸਲ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਅਤੇ ਬਾਰਹ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਕਾਰਜਕੁਸ਼ਲਤਾ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸੁਧਾਰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਭੌਤਿਕ ਚਿਕਿਤਸਕ (physiotherapist) ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਅੰਗੂਠੇ ਵਾਲਾ ਸਪਾਈਕਾ ਕੈਸਟ (thumb spica cast) ਜਾਂ ਸਥਿਰਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬ੍ਰੇਸ਼ ਭਰਪਾਈ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੈਰ-ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਦੇਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਸੁੰਗੜਨ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦੀ ਸਥਿਰਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਅਸੁਵਿਧਿਆ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਦਰਦ ਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਸੋਜ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (anti-inflammatories) ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਬੂਤ ਕੋਰਟੀਸੋਨ, ਹਾਈਅਲੂਰੋਨਿਕ ਐਸਿਡ ਜਾਂ PRP ਵਰਗੀਆਂ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜਾਂ ਅਵਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਪਰ ਇਹ ਇਲਾਜ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਸੋਜ ਅਤੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਭਰਪਾਈ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ X-ਰੇ 'ਤੇ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਥਾਂ ਤੋਂ ਹਟਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਹ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਬਦਲਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਸੰਭਾਵੀ (conservative) ਇਲਾਜ ਜੋੜ ਨੂੰ ਅਸਥਿਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਥਾਂ ਤੋਂ ਹਟਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਉੱਚ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਫਸ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਸਧਾਰਨ ਚਾਲਚਾਲ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਰੰਮਤ (repair) ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੁਕਸਾਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖੁਦ ਦੀ ਟੈਂਡਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਪੁਨਰ-ਨਿਰਮਾਣ (reconstruction) ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠੇ ਵਿੱਚ ਸਥਿਰਤਾ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਦਰਦ ਦੇ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡ ਸਕੋ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕੋ।

ਕਦੋਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਲਗਾਤਾਰ ਦਰਦ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਅਸਥਿਰਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਜ਼ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਕਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਂਗਲ ਫਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਢਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਲੱਛਣ ਨੀਂਦਰ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਦਰਦ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਵਧਣਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਮੰਗਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਧੀਨਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਐਕਸ-ਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਇੱਕ ਵਿਸਥਾਪਿਤ ਹੱਡੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਕਸਰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਜੋੜ ਅਸਥਿਰਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।