

ਬੇਕਰਜ਼ ਸਿਸਟ (ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰੀ ਗੰਢ)

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 ਕਰਦੇ ਹੋ

ਬੇਕਰਜ਼ ਸਿਸਟ (Baker's cyst, ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰੀ ਗੰਢ) ਤਰਲ ਦੀ ਇੱਕ ਥੈਲੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛਲੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਗੰਢ ਜਾਂ ਭਰੇਪਣ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਵਜੋਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ, ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਹੇਠਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੰਨੀ (ਲੱਤ ਦੀ ਪਿੰਨੀ, calf) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੱਸਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੋਡੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਮੋੜਦੇ ਜਾਂ ਪੂਰਾ ਸਿੱਧਾ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਗੰਢ ਅਕਸਰ ਸਰਗਰਮੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਭਰ ਕੇ ਦਿਸਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਖੜ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਦੁਖਣ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡੂੰਘਾ ਬੈਠਣਾ (ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉੱਕੜ ਬੈਠਣਾ), ਗੋਡਿਆਂ ਭਾਰ ਬੈਠਣਾ, ਜਾਂ ਢਲਾਣ ਉੱਤੇ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਤੁਰਨਾ ਤਕਲੀਫ਼ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੋਜ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਉੱਤੇ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਿਰ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਵੱਡਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤਰਲ ਦਾ ਇਹ ਜਮ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਕਦੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਗੋਡੇ ਦੇ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਰਹੀ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅਕਸਰ ਮੈਨਿਸਕਸ (ਗੋਡੇ ਦੀ ਗੱਦੀ) ਦਾ ਪਾਟਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਮੈਨਿਸਕਸ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕਾਰਟੀਲੇਜ (cartilage) ਦੀ ਰਬੜ ਵਰਗੀ ਗੱਦੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਅਕਸਰ ਇਸੇ ਅੰਦਰਲੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਸਿਸਟ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉੱਤੇ ਵਿਹਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੁੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਜੁਰਾਬਾਂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਝੁਕਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨੀਵੀਂ ਕੁਰਸੀ ਤੋਂ ਉੱਠਣਾ, ਫ਼ਰਸ਼ ਤੋਂ ਕੁਝ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਝੁਕ ਕੇ ਬੈਠਣਾ, ਜਾਂ ਬਗ਼ੀਚੇ ਵਿੱਚ ਗੋਡਿਆਂ ਭਾਰ ਬੈਠਣਾ, ਇਹ ਸਭ ਔਖੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਸਿਸਟ ਵੱਡੀ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੰਨੀ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਕਰਕੇ ਗੋਡੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਮੋੜਨਾ ਜਾਂ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਤੁਰਨਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਸਟ ਰਿਸ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤਰਲ ਪਿੰਨੀ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਸੋਜ ਅਤੇ ਦਰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੁਝ-ਕੁਝ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੇ ਕੜਵੱਲ (cramp) ਵਰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੰਨੀ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਬਹੁਤ ਸੁੱਜ ਜਾਵੇ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਕੀਤਾ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜਲਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ।

ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਿਸਟਾਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਉੱਥੇ ਦੀ ਹਰ ਗੰਢ ਇੱਕੋ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੈਨ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। MRI ਸਕੈਨ, ਜੋ ਗੋਡੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਵਿਸਥਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਆਮ ਚੋਣ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਿਸਟ ਅਤੇ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ, ਦੋਵੇਂ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਗੋਡੇ ਦੇ ਜੋੜ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬੰਦ ਥਾਂ ਸਮਝੋ, ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਪਤਲੀ, ਤਿਲਕਣੀ ਝਿੱਲੀ ਦੀ ਪਰਤ ਹੈ ਜੋ ਤਰਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਰਲ ਜੋੜ ਨੂੰ ਨਰਮੀ ਨਾਲ ਚੱਲਦਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਗੋਡੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਚਿੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (irritated), ਜਿਵੇਂ ਪਾਟਿਆ ਹੋਇਆ ਮੈਨਿਸਕਸ, ਤਾਂ ਇਹ ਪਰਤ ਵਾਧੂ

ਤਰਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਲ ਇਹ ਸਾਰਾ ਤਰਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਕੁਦਰਤੀ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਉੱਥੇ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਥੈਲੀ ਸੁੱਜ ਕੇ ਉਹ ਗੰਢ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਵਾਲੇ ਵਾਲਵ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ: ਤਰਲ ਅੰਦਰ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਾਪਸ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ।

ਇਹ ਥੈਲੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਣਤਰ ਦਾ ਇੱਕ ਆਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋੜ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਟੈਂਡਨਾਂ (tendon, ਪੱਠੇ ਨੂੰ ਹੱਡੀ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਾਲੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਤੰਦ) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਟਿਕੀ ਹੋਈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਭਰ ਕੇ ਖਿੱਚੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਿਸਟ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੁਨੇਹਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅੰਦਰਲਾ ਜੋੜ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਗੰਢ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਾਲਵ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਰਲ ਆਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਜੇ ਦੁਖਣ ਅਤੇ ਕੱਸਾਅ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਗੰਢ ਦੇ ਆਕਾਰ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹ ਉਸੇ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਦਾ ਹੈ: ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਘਿਸਾਈ ਜਾਂ ਪਾਟਣਾ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਅੰਦਰਲੀ ਸਮੱਸਿਆ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਸਟ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸੁੰਗੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਗਾਇਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਇਸ ਨੂੰ ਛੇੜੇ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਵੱਖਰੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਸਿਸਟਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਿਆਂ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

ਕਿਉਂਕਿ ਬੇਕਰਜ਼ ਸਿਸਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਲਾਜ ਉੱਥੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਨਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ ਅਜ਼ਮਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਜੋ ਗੋਡੇ ਨੂੰ ਭੜਕਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਗੋਡੇ ਦੀ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਹਿੱਲਜੁੱਲ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਚਿੜੇ ਹੋਏ ਜੋੜ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਭਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਪੂਰਾ ਮੌਕਾ ਦਿਓ। ਕੁਝ ਸਿਸਟਾਂ ਹੇਠਲਾ ਜੋੜ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੁੰਗੜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਕੀਤੇ।

ਜੇ ਸਾਧਾਰਨ ਉਪਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕਾਫ਼ੀ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪਿਆ, ਤਾਂ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਦੂਰਬੀਨ ਵਾਲੀ (ਆਰਥਰੋਸਕੋਪਿਕ) ਸਰਜਰੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਰਥਰੋਸਕੋਪੀ (arthroscopy) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਰਜਨ ਇੱਕ ਨਿੱਕੇ ਕੈਮਰੇ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਛੋਟੇ ਚੀਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗੋਡੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਭਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਪਾਟੇ ਹੋਏ ਮੈਨਿਸਕਸ ਨੂੰ ਛਾਂਟਣਾ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨੀ ਗਈ ਕਾਰਟੀਲੇਜ (cartilage, ਜੋੜ ਵਿੱਚ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰਿਆਂ ਉੱਤੇ ਚਿਕਨੀ ਪਰਤ) ਨੂੰ ਪੱਧਰਾ ਕਰਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਖ਼ਾਲੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਕਸਰ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਵਾਧੂ ਛੇਕ ਰਾਹੀਂ। ਜਦੋਂ ਜੋੜ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਸਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਘੱਟ ਹੀ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਦੂਰਬੀਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਛੋਟੇ ਜ਼ਖ਼ਮ, ਘੱਟ ਖੂਨ ਵਗਣਾ, ਛੋਟਾ ਓਪਰੇਸ਼ਨ, ਅਤੇ ਪਲੱਸਟਰ (cast) ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।

ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਸਰਜਰੀ ਉਹਨਾਂ ਸਿਸਟਾਂ ਲਈ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵੱਡੀਆਂ ਹੋਣ, ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਡੂੰਘੀਆਂ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਦੂਰਬੀਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹਿਣ। ਸਰਜਨ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਜਾਂ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਚੀਰੇ ਰਾਹੀਂ ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਰੀਕਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿੱਧਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਸਾਂ (nerve) ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਹਰ ਵਿਕਲਪ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕੀ ਸਲਾਹ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਸਰਜਰੀ ਇੱਕ ਸਾਂਝਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਦਿਨ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।

ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖੀਏ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵੱਡਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਇਸ ਨੂੰ ਭੜਕਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਬੇਕਰਜ਼ ਸਿਸਟ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ। ਸਿਰਫ਼ ਬਿਨਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ ਅਕਸਰ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਗੰਢ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸੁੰਗੜ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਭਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤਰਲ ਉਸ ਇੱਕ

ਪਾਸੇ ਵਾਲੇ ਵਾਲਵ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਵਗਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਜੋੜ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਸਿਸਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਘੱਟ ਹੀ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦੂਰਬੀਨ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਟੀਚਾ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਭਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਸਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਾਇਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਸੁੰਗੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਇਸ ਦਾ ਬਚਿਆ ਹਿੱਸਾ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਆਪੇ ਸੋਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਖ਼ਮ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦੇ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਰਬੀਨ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਸਿੱਧੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਨਤੀਜੇ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਸਿਸਟ ਦੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਦਾ ਘੱਟ ਮੌਕਾ ਦੱਸਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਸਰਜਰੀ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਜੋੜ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਕੱਢ ਦੇਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪੱਕਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਗੰਢ ਅਕਸਰ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਧਿਆਨ ਗੋਡੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉੱਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਵਾਲੀ ਗੰਢ ਉੱਤੇ ਨਹੀਂ।

ਕੁਝ ਫ਼ਾਇਦੇ-ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਣਨ ਯੋਗ ਹਨ। ਸਿਸਟ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਇਸ ਦੀ ਕੰਧ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਦੇਣ ਨਾਲ ਸਿਸਟ ਦੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਖ਼ਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਮੌਕਾ ਕੁਝ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੈਨਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤੋਲੇਗਾ।

ਇੱਕ ਦੁਰਲੱਭ ਪਰ ਗੰਭੀਰ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ: ਜੇ ਸਿਸਟ ਫਟ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੰਨੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਤਰਲ ਉੱਥੇ ਦਬਾਅ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੰਨੀ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਬਹੁਤ ਸੁੱਜ ਜਾਵੇ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜੇ ਕੁਝ ਵੀ ਕੀਤਾ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜਲਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ।

ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਗੰਢ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਜੋ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਸੋਜ ਅਤੇ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੈ ਜੋ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ (ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ) ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਗੋਡੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸਿਸਟ ਵਾਲੇ ਵੱਡਿਆਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਪਾਟਿਆ ਹੋਇਆ ਮੈਨਿਸਕਸ, ਇਸ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਗੰਢ ਦੀ ਬਜਾਏ ਗੋਡੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣਾ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ।

ਜੇ ਕਈ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਸਾਧਾਰਨ ਉਪਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ, ਜਾਂ ਜੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਕੈਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਲਈ ਕਹੋ। MRI ਸਕੈਨ ਆਮ ਚੋਣ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਿਸਟ ਅਤੇ ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ, ਦੇਵੇਂ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੰਨੀ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਬਹੁਤ ਸੁੱਜ ਜਾਵੇ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜੇ ਕੁਝ ਵੀ ਕੀਤਾ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਕਰੋ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਜਾਓ। ਫਟੀ ਹੋਈ ਸਿਸਟ ਪਿੰਨੀ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਵਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਉਸੇ ਦਿਨ ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।