

கால் பெருவிரல் புடைப்பைச் சரிசெய்யும் அறுவை சிகிச்சை (Hallux Valgus Correction)

இந்தப் பக்கம் இயந்திரத்தால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது; இன்னும் மருத்துவரால் சரிபார்க்கப்படவில்லை. ஆங்கிலப் பதிப்பே அதிகாரப்பூர்வமானது.

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளது

கால் பெருவிரல் புடைப்பு என்பது உங்கள் பெருவிரலின் அடிப்பகுதியில் ஏற்படும் ஒரு புடைப்பு; அங்கு விரல் உங்கள் மற்ற கால்விரல்களை நோக்கி விலகிச் சென்றுள்ளது. குறுகிய விரல் பகுதி (toe box) கொண்ட காலணிகளும் உயர் குதிக் காலணிகளும் இதற்குப் பங்களிக்கலாம்; இந்தப் பிரச்சினை சில குடும்பங்களில் தொடர்ந்து வருகிறது. ஆண்களைவிடப் பெண்களுக்கு இது அதிகமாகக் காணப்படுகிறது; பொதுவாகக் காலப்போக்கில் இது மோசமாகிறது. மிகவும் பொதுவான அறிகுறி புடைப்பின் மேல் ஏற்படும் வலி; காலணிகள் அதை மோசமாக்குகின்றன. உள்ளங்காலின் முன்பகுதிக்குக் (ball of the foot) கீழும் வலியை உணர்வதையோ, அல்லது தங்கள் சிறிய கால்விரல்களில் பிரச்சினைகள் உருவாவதையோ சிலர் அனுபவிக்கிறார்கள்.

நாங்கள் பொதுவாக முதலில் அறுவை சிகிச்சை அல்லாத கவனிப்பையே முயற்சிக்கிறோம்: அகலமான காலணிகள், கால்விரல் இடைத்துப்புகள் (toe spacers), இரவில் அணியும் பிடிப்புக்கட்டைகள் (night splints). இவை அறிகுறிகளைத் தணிக்கலாம், ஆனால் விரலை நேராக்க முடியாது. அவை போதுமான முன்னேற்றத்தைத் தராதபோது, அறுவை சிகிச்சை பரிசீலிக்கப்படுகிறது. உருமாற்றத்தைச் சரிசெய்ய, இந்த அறுவை சிகிச்சை உங்கள் கால் பெருவிரலின் எலும்புகளை வெட்டி மீண்டும் சரியான வரிசையில் அமைக்கிறது. வலியைக் குறைப்பதும், காலணி அணிவதையும் நடப்பதையும் மேலும் வசதியாக்குவதுமே இதன் முக்கிய நோக்கம்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

அறுவை சிகிச்சை பதிவு செய்யப்பட்டதும், நீங்கள் நிற்குகொண்டிருக்கும்போது எடுக்கப்படும் உங்கள் பாதத்தின் எக்ஸ்-ரேக்களை மையமாக வைத்து அதைத் திட்டமிடுகிறோம். விரல் எவ்வளவு தூரம் விலகியுள்ளது என்பதை இவை காட்டுகின்றன; உங்கள் பாதத்துக்கு ஏற்ற சரியான அறுவை சிகிச்சையைத் தேர்ந்தெடுக்க எங்களுக்கு உதவுகின்றன. சில நோயாளிகளுக்கு MRI அல்லது அல்ட்ராசவுண்ட் ஸ்கேனும் தேவைப்படும்; அது உங்களுக்குப் பொருந்தினால் நாங்கள் சொல்வோம்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முந்தைய நாட்களில், நாங்கள் வேறுவிதமாகச் சொன்னால் தவிர, உங்கள் வழக்கமான மருந்துகளைத் தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். அறுவை சிகிச்சைக்கு ஏழு மணி நேரம் முன்பே உண்பதையும் குடிப்பதையும் நிறுத்த வேண்டும். அறுவை சிகிச்சை அரங்கின் பட்டியல் முன்கூட்டியே நகர்ந்தால் உங்களை முன்னதாக அழைக்க முடியும் என்பதற்காகவே, ஆறு மணி நேரத்துக்குப் பதிலாக ஏழு மணி நேரம் கேட்கிறோம். அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு நீங்களே வாகனம் ஓட்ட முடியாது; எனவே உங்களை வீட்டுக்கு அழைத்துச் செல்ல ஒருவரை ஏற்பாடு செய்யுங்கள். அன்றைய தினம் தளர்வான, வசதியான ஆடைகளை அணியுங்கள்; நீங்கள் தற்போது எடுத்துக்கொள்ளும் மருந்துகளின் பட்டியலைக் கொண்டு வாருங்கள். உங்களுக்கு வேறு உடல்நல நிலைமைகள் இருந்தால், அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் இரத்தப் பரிசோதனைகள் அல்லது மயக்க மருந்து நிபுணரின் (anaesthetist) பரிசோதனை தேவைப்படலாம்.

அறுவை சிகிச்சை நாளில்

நீங்கள் மருத்துவமனையின் அறுவை சிகிச்சை அனுமதிப் பிரிவுக்கு (surgical admissions unit) வருவீர்கள்; அங்கே உங்கள் வருகை பதிவு செய்யப்பட்டு, அறுவை சிகிச்சை அரங்குக்குத் தயார்படுத்தப்படுவீர்கள். மயக்க மருந்து நிபுணரை (anaesthetist) அங்கே நீங்கள் சந்திப்பீர்கள். இந்த அறுவை சிகிச்சை முழு மயக்க மருந்தில் (general anaesthetic) செய்யப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய வலி நிவாரணத்துக்காகச் சில சமயங்களில் பகுதி நரம்புத் தடுப்பு ஊசியும் (regional nerve block) சேர்க்கப்படுகிறது; அன்றைய தினம் மயக்க மருந்து நிபுணர் இதைப் பற்றி உங்களுடன் பேசுவார்.

பின்னர் நீங்கள் அறுவை சிகிச்சை அரங்குக்கு அழைத்துச் செல்லப்படுவீர்கள்; அங்கே அறுவை சிகிச்சை செய்யப்படும். அதன் பிறகு மீட்புப் பகுதியில் (recovery area) நீங்கள் கண் விழிப்பீர்கள்; மயக்க மருந்தின் விளைவு குறையும் வரை செவிலியர்கள் உங்களைக் கண்காணிப்பார்கள். உங்கள் நிலை சீரானதும், அறுவை சிகிச்சையின் தன்மையையும் உங்கள் மீட்சியையும் பொறுத்து, நீங்கள் வார்டுக்குச் செல்வீர்கள் அல்லது வீட்டுக்குச் செல்வீர்கள்.

அறுவை சிகிச்சையில் என்ன செய்யப்படுகிறது

கால் பெருவிரல் புடைப்பைச் சரிசெய்ய ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட வழிகள் உள்ளன; உங்களுக்கு ஏற்ற சரியான அறுவை சிகிச்சை, உங்கள் விரல் எவ்வளவு தூரம் விலகியுள்ளது என்பதைப் பொறுத்தது. அனைத்துக்கும் பொதுவான அம்சம் இதுதான்: உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் கால் பெருவிரலின் எலும்புகளை வெட்டி, மீண்டும் சரியான வரிசையில் அமைத்து, அவை குணமடையும் வரை அவற்றைப் புதிய நிலையிலேயே பிடித்து வைக்கிறார்.

லேசான அல்லது மிதமான புடைப்புக்கு, வெட்டு பொதுவாகக் கால் பெருவிரலுக்கு அருகில் போடப்பட்டு, எலும்பு மேலும் நேரான வரிசைக்குள் குறுக்காக நகர்த்தப்படுகிறது. சில சமயங்களில் விரலிலேயே இரண்டாவது சிறிய வெட்டு போடுவது அதைச் சமநிலைப்படுத்த உதவுகிறது. மேலும் கடுமையான புடைப்புக்கு, எலும்பு பாதத்தில் இன்னும் பின்னால் வெட்டப்படலாம். விரலின் அடிப்பகுதியில் உள்ள மூட்டு நிலையற்றதாகவோ தேய்ந்ததாகவோ இருந்தால், எலும்புகள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து குணமடையும் வகையில் அது இணைக்கப்படலாம் (fusion).

சில அறுவை சிகிச்சைகள், நீளமான திறந்த வெட்டுக்குப் பதிலாக, சிறப்புக் கருவிகளுடன் ஒன்று அல்லது இரண்டு சிறிய வெட்டுகள் வழியாகச் செய்யப்படுகின்றன. உங்கள் பாதத்துக்கு எந்த முறை பொருந்தும் என்பதை உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் சொல்வார்.

அறுவை சிகிச்சையின் முடிவில், வெட்டுகள் தையல்களால் மூடப்பட்டு, கட்டு (dressing) மற்றும் பேண்டேஜால் மறைக்கப்படுகின்றன. உங்கள் பாதத்தைக் கவனித்துக்கொள்வதற்கான வழிமுறைகளுடன் நீங்கள் வீட்டுக்குச் செல்வீர்கள்; குணமடைவதைச் சரிபார்க்க நாங்கள் உங்களை மீண்டும் பார்ப்போம்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

மயக்க மருந்தின் விளைவு குறையும் வரை செவிலியர்கள் உங்களைக் கவனித்துக்கொள்ள, மீட்புப் பகுதியில் நீங்கள் கண் விழிப்பீர்கள். உங்கள் பாதம் கட்டுடனும் பேண்டேஜுடனும் சுற்றப்பட்டிருக்கும்; உங்களை வசதியாக வைத்திருக்க மருந்து தருவோம். பெரும்பாலானவர்கள் சிறிது நேரத்திலேயே எழுந்து நின்று சில அடிகள் எடுத்து வைக்க முடியும்; பாதத்தைப் பாதுகாக்க பெரும்பாலும் ஒரு சிறப்புக் காலணியுடன் இதைச் செய்வார்கள். வீடு திரும்பிய பிறகு முதல் 24 மணி நேரம் யாராவது ஒருவர் உங்களுடன் தங்க வேண்டும். அன்றே வீட்டுக்குச் செல்கிறீர்களா அல்லது மருத்துவமனையில் ஒரு இரவு தங்குகிறீர்களா என்பதை உங்கள் மருத்துவக் குழு சொல்லும். கட்டைச் சுமார் 10 நாட்கள் அப்படியே வைத்திருக்கிறோம்; நாங்கள் சொன்னால் தவிர, அதற்கு முன் அதை அகற்ற வேண்டாம். உங்களைப் பார்க்கும்போது நாங்கள் அதை மாற்றுவோம் அல்லது அகற்றுவோம்.

மீட்சி

முதல் சில நாட்களுக்கும் வாரங்களுக்கும் உங்கள் பாதத்தில் வலியும் வீக்கமும் இருக்கும் என்று எதிர்பாருங்கள். இது குணமடைதலின் இயல்பான ஒரு பகுதி. ஓய்வு, பாதத்தை உயர்த்தி வைத்திருப்பது, நாங்கள் தரும் வலி நிவாரண மருந்து ஆகியவை அசௌகரியத்தைத் தணிக்கும். வீக்கம் பெரும்பாலும் வந்து போய்க்கொண்டே இருக்கும்; அது முற்றிலும் தணிய சிறிது காலம் ஆகலாம்.

வீட்டைச் சுற்றி நடக்கும்போது உங்கள் பாதத்தைப் பாதுகாக்க ஒரு சிறப்புக் காலணியை அணிவீர்கள். உங்கள் கால்விரல்களையும் கணுக்காலையும் அசைவில் வைத்திருக்கவும், உங்கள் தசைகளை வலுவாக வைத்திருக்கவும் எளிய பயிற்சிகளில் உங்கள் இயன்முறை சிகிச்சையாளர் வழிகாட்டுவார். வீட்டில் பெரும்பாலான இலகுவான வேலைகளைச் செய்யலாம்; ஆனால் தொடக்கத்தில் முடிந்தவரை பாதத்தில் எடை போடாமல் இருங்கள், நாங்கள் தரும் வழிமுறைகளைப் பின்பற்றுங்கள். தலையணைகளில் பாதத்தை உயர்த்தி வைத்து மல்லாந்தோ ஒரு பக்கமாகவோ படுத்துத் தூங்குவது அதிக வசதியாக இருக்கலாம்.

மைல்கர்கள் தேதிகளாக அல்ல, நிகழ்வுகளாகவே வருகின்றன. நாங்கள் உங்களைப் பார்த்துக் கட்டை மாற்றியதும், உங்கள் பாதம் குணமடையும்போது அது பரிசோதிக்கப்படும். வீக்கம் தணிந்ததும், காலணிகள் மீண்டும் அதிக வசதியாக இருக்கும். அசைவும் வலிமையும் திரும்பும்போது நடப்பது எளிதாகும்; மேலும் செய்யத் தயாராகிவிட்டீர்கள் என்பதை உங்கள் இயன்முறை சிகிச்சையாளர் சொல்வார். வலிமையான வலி நிவாரண மருந்துகளை நிறுத்திய பிறகும், அவசரமாக வாகனத்தை நிறுத்த வேண்டிய சூழலில் விரைவாகச் செயல்பட முடியும் என்ற நிலையை அடைந்த பிறகும் நீங்கள் வாகனம் ஓட்டலாம்; எங்களுடைய தனி வாகனம் ஓட்டுதல் வழிகாட்டியில் மேலும் விவரங்கள் உள்ளன.

மீட்சி ஒவ்வொருவருக்கும் மாறுபடும். உங்கள் கால அளவு வேறுபடலாம்; ஒவ்வொரு படியிலும் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரும் இயன்முறை சிகிச்சையாளரும் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார்கள்.

என்ன தவறு நேரலாம்

பெரும்பாலான நோயாளிகள் நன்றாக இருக்கிறார்கள், ஆனால் எப்போதாவது பிரச்சினைகள் ஏற்படலாம். எந்தப் பிரச்சினையையும் முன்கூட்டியே கண்டறிய உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரும் குழுவும் உங்களை நெருக்கமாகக் கண்காணிக்கிறார்கள்.

சில சமயங்களில் விரல் தேவைக்கு அதிகமாக நேராக்கப்பட்டுவிடலாம்; அப்போது அது எதிர்த் திசையில், உங்கள் மறு காலை நோக்கிச் சாயும். உங்கள் கால் பெருவிரல் உள்நோக்கி விலகுவதையோ, பாதத்தின் உட்புறம் நெடுகிலும் புதிதாக ஒரு வலியையோ நீங்கள் கவனிக்கலாம். விரல் தவறான திசையில் செல்வது போலத் தோன்றினால், உங்கள் அடுத்த மறுபரிசோதனையின்போது அதைச் சொல்லுங்கள். உங்கள் கட்டின் மீதும் மறுபரிசோதனையின் மீதும் கவனமாக இருப்பது, விரலைச் சரிசெய்யப்பட்ட நிலையிலேயே வைத்திருக்க உதவுகிறது.

உங்கள் கால் பெருவிரலின் மேற்புறத்துக்கும் உள்பக்கத்துக்கும் உணர்வைத் தரும் நரம்புகள், நாங்கள் வேலை செய்யும் இடத்துக்கு அருகிலேயே செல்கின்றன. சாவித்துளை அறுவை சிகிச்சையின்போது (keyhole surgery), இந்த நரம்புகளில் ஒன்று, நாங்கள் கவனமாகத் தவிர்க்கும் ஒரு பகுதியில் அமைந்துள்ளது. ஒரு நரம்பு எரிச்சலடைந்தால், விரலில் மரத்துப்போன உணர்வு, கூச்சம், அல்லது உணர்வு மாறிய ஒரு சிறு பகுதி ஆகியவற்றை நீங்கள் உணரலாம். இது தணியவில்லை என்றால், உங்கள் மறுபரிசோதனையின்போது எங்களிடம் சொல்லுங்கள்.

நாங்கள் வெட்டும் எலும்புகள் குணமடைய, அவை ஒன்றோடொன்று உறுதியாகப் பொருந்தி இருக்க வேண்டும். சில பாத அமைப்புகளில், அந்தத் துண்டுகள் ஒன்றையொன்று போதுமான அளவு அழுத்திக்கொள்ளாமல் போகலாம். எலும்புகள் நகர்ந்தாலோ ஒட்டிக்கொள்ளத் தவறினாலோ, 'கிளிக்' என்ற அல்லது உரசுவது போன்ற உணர்வு, அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்ட இடத்தில் அதிகரிக்கும் வலி, அல்லது விரல் மீண்டும் விலகிச் செல்வது ஆகியவற்றை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இவற்றில் ஏதேனும் தோன்றினால் எங்களிடம் தெரிவியுங்கள்; எக்ஸ்-ரே மூலம் குணமடைவதைச் சரிபார்க்க வேண்டியிருக்கலாம்.

உங்கள் பாதத்தின் அமைப்பும் முக்கியம். உங்களுக்குப் பெரிய புடைப்பும் குறுகலான நீண்ட பாத எலும்பும் (metatarsal) இருந்தால், வெட்டுக்குப் பிறகு எலும்பு முனைகள் ஒன்றோடொன்று நன்றாகத் தொடர்பில் இல்லாமல் போகலாம். உங்களுக்குச் சிறிய புடைப்பும் நீளமான நீண்ட பாத எலும்பும் இருந்தால், முழுமையான சரிசெய்தலை அடைவது கடினமாக இருக்கலாம். உங்கள் பாத அமைப்புக்கு ஏற்ப வேலை செய்யும் வகையில், உங்கள் எக்ஸ்-ரேக்களை மையமாக வைத்தே உங்கள் அறுவை சிகிச்சையைத் திட்டமிடுகிறோம்; இது உங்களுக்கு என்ன அர்த்தம் என்பதைப் பற்றி உங்களுடன் பேசுவோம்.

விவரங்கள் வேண்டுமென்றால், இந்தப் பக்கத்தில் உள்ள சிக்கல்கள் அட்டவணை வழக்கமான விகிதங்களைப் பட்டியலிடுகிறது.

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

பெரும்பாலான பிரச்சினைகள் ஆரம்பத்திலேயே வெளிப்படுகின்றன; அவற்றைப் பற்றித் தாமதமாகத் தெரிவதைவிட விரைவாகத் தெரிவதே எங்களுக்கு நல்லது. உங்களுக்குக் காய்ச்சல் இருந்தால், காயத்தில் சிவப்பு அதிகரித்தால் அல்லது கசிவு இருந்தால், அல்லது வலி தணியாமல் மோசமாகிக்கொண்டே போனால், எங்களை அழையுங்கள். உங்கள் கெண்டைக்கால் வீங்கினாலோ தொட்டால் வலித்தாலோ, அப்போதும் எங்களை அழையுங்கள். உங்களுக்குத் திடீரென மூச்சுத் திணறல் ஏற்பட்டால் அல்லது நெஞ்சு வலி இருந்தால், திடீரெனக் கடுமையான வலி ஏற்பட்டால், உங்கள் பாதத்தையோ கால்விரல்களையோ உணர முடியவில்லை என்றால், அல்லது அவற்றை அசைக்க முடியவில்லை என்றால், அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்லுங்கள். உங்கள் கால் பெருவிரல் உங்கள் மறு காலை நோக்கி உள்ளேநோக்கி விலகத் தொடங்கினால், எங்களிடம் தெரிவியுங்கள்.