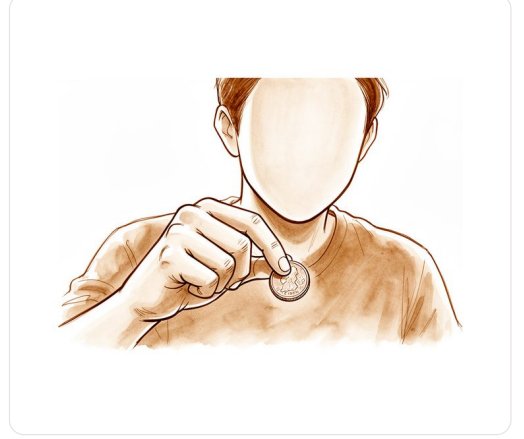


டிஐபி கூட்டு இணைப்பு

டிஐபி மூட்டு இணைப்புக்குப் பிறகு எக்ஸ்-ரேஃ நகத்திற்கு அருகிலுள்ள சிறிய மூட்டு ஒரு திடமான அலகு ஒன்றில் பூட்டப்பட்டுள்ளது. எலும்புகள் சில வாரங்களில் ஒன்றாக வளர்கின்றன, இது வளைக்கும் செலவில் மூட்டு வலியை நீக்குகிறது.

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



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

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டது

உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் ஒரு டிஐபி கூட்டு இணைப்பை பரிந்துரைத்துள்ளார். இது ஒரு டிஸ்டல் இன்டர்ஃபாலஞ்சல் கூட்டு இணைப்பு என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இந்த நடைமுறை உங்கள் விரலின் நுனியில் உள்ள சிறிய எலும்பை அதன் அருகிலுள்ள எலும்புடன் இணைக்கிறது. உடைந்துபோன மூட்டுச்சலவை அல்லது கடந்தகால காயம் கடுமையான வலி மற்றும் இறுக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது, இது அறுவை சிகிச்சை அல்லாத பராமரிப்புடன் மேம்படவில்லை.

மற்ற சிகிச்சைகள் போதுமான நிவாரணத்தை அளிக்கத் தவறிய பின்னரே அறுவை சிகிச்சை பொதுவாக பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. இந்த அறுவை சிகிச்சையின் முக்கிய குறிக்கோள் வலியை நிறுத்துவதும், உங்கள் கையை மிகவும் திறம்பட பயன்படுத்த ஒரு நிலையான விரலை வழங்குவதும் ஆகும். அறுவை சிகிச்சை பொதுவாக பாதுகாப்பானது என்றாலும், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் தனித்துவமான சூழ்நிலையின் அடிப்படையில் குறிப்பிட்ட அபாயங்கள் மற்றும் நன்மைகளைப் பற்றி விவாதிப்பார்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு பல மணிநேரங்களுக்கு முன்னர் நீங்கள் உண்ணாவிடும் இருக்க வேண்டும் மற்றும் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரின் அறிவுறுத்தல்களின்படி சில மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்த வேண்டும். தயவுசெய்து யாராவது உங்களை வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்லவும், வசதியான ஆடைகளை அணியவும் ஏற்பாடு செய்யுங்கள். உங்கள் மூட்டு மற்றும் ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்தை சரிபார்க்க உங்களுக்கு எக்ஸ்-ரே,

இரத்த பரிசோதனை அல்லது மயக்க பரிசோதனை தேவைப்படலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் விரல் மூட்டுக்கு மேல் ஒரு வழக்கமான வெட்டு மூலம் அறுவை சிகிச்சையை மேற்கொள்வார். இந்த திறந்த அணுகுமுறை இணைப்பு தேவைப்படும் பகுதிக்கு நேரடி அணுகலை அனுமதிக்கிறது. உங்கள் தற்போதைய மருந்துகளின் முழுமையான பட்டியலை உங்கள் நியமனத்திற்கு கொண்டு வாருங்கள், இதனால் உங்கள் குழு அவற்றை பாதுகாப்பாக மதிப்பாய்வு செய்ய முடியும்.

அன்று

அறுவை சிகிச்சையின் போது நீங்கள் எப்படி தூங்குவீர்கள் அல்லது மயக்கமடைவீர்கள் என்பதைப் பற்றி விவாதிக்க நீங்கள் மருத்துவமனைக்குச் சென்று உங்கள் மயக்க மருத்துவரை சந்திப்பீர்கள். இந்த அறுவை சிகிச்சை உள்ளூர் மயக்க மருந்தின் கீழ் (நீங்கள் விழித்திருக்கும் போது அறுவை சிகிச்சையின் பகுதியை மட்டுமே மயக்கும் ஒரு ஊசி) அல்லது பொது மயக்க மருந்தின் கீழ் (முழுமையாக தூங்குவது) செய்யப்படலாம். பெரும்பாலான மக்கள் உள்ளூர் தேர்வு செய்கிறார்கள்: மீட்பு விரைவாக உள்ளது, விரைவில் நீங்கள் வீட்டிற்குச் செல்லலாம். நீங்கள் தூங்குவதை விரும்பினால், அது ஒரு நியாயமான தேர்வாகும்; அதை உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மற்றும் மயக்க மருத்துவருடன் விவாதிக்கவும்.

அறுவை சிகிச்சை முடிந்ததும், நீங்கள் குணமடைதல் பகுதியில் எழுந்திருப்பீர்கள், அங்கு நீங்கள் வீட்டிற்குச் செல்வதற்கு முன்பு செவிலியர்கள் உங்களை உன்னிப்பாகக் கண்காணிப்பார்கள்.

அறுவை சிகிச்சையின் உள்ளடக்கம்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் விரலின் பின்புறம் (முதுகின் பக்கத்தில்) ஒரு வெட்டு செய்வார். இது மூட்டுக்கு பாதுகாப்பான, நேரடி அணுகலை வழங்குகிறது, அதே நேரத்தில் நெகிழ்வு தசை, நரம்புகள் மற்றும் கை பக்கத்தில் உள்ள இரத்த நாளங்களை விலக்கி வைக்கிறது. மூட்டு தயார் செய்ய அல்லது வன்பொருளை வைக்க அதிக இடம் தேவைப்பட்டால், வெட்டு விரலின் பின்புறம் நீட்டப்படலாம்.

உள்ளே, உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் கூட்டு மேற்பரப்புகளில் இருந்து அணிந்த மண்டை ஓடுகளை நீக்குகிறார். பின்னர் அவர்கள் உங்கள் விரலை நிலைநிறுத்துகிறார்கள், இதனால் எலும்பு முனைகள் ஒன்றோடொன்று உறுதியாகத் தொடுகின்றன. அவை குணமடையும் போது எலும்புகளை சீராக வைத்திருக்க, உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் ஒரு சிறிய உலோகத் தகடு மற்றும் திருகுகளைப் பயன்படுத்துகிறார், அல்லது சில நேரங்களில் ஒரு ஒற்றை சுருக்க திருகு. அதே விரலில் மற்ற நடைமுறைகள் இருந்தால், அருகிலுள்ள ஒரு கூட்டு மாற்று போன்றவை, உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் மெலிதான உலோக கம்பிகளைப் பயன்படுத்துவார்.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் விரலின் நீளத்தை சாதாரணமாக வைத்துவிட்டு, முடிப்பதற்கு முன்னர் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் இறுதி நிலையை கவனமாக சரிசெய்ய அனுமதிக்க வேண்டும்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

இந்த அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஒரு இரவு மருத்துவமனையில் தங்கியிருப்பார்கள், இருப்பினும் சிலர் அதே நாளில் வீட்டிற்குச் செல்ல முடியும். முதல் 24 மணிநேரங்களுக்கு யாராவது உங்களுடன் இருக்க வேண்டும். வீக்கத்தைக் குறைக்க உங்கள் கையை உயர்த்திக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் வசதியாக இருக்கும்போது உங்கள் விரல்களை மெதுவாக நகர்த்தலாம், ஆனால் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மேலும் அறிவுறுத்தும் வரை கனமான பயன்பாட்டைத் தவிர்க்கவும். உங்கள் காயம் குணமடையும் போது சுத்தமாகவும் உலர்ந்ததாகவும் வைக்கப்படும்.

மீட்பு

முதல் சில நாட்களில், உங்கள் விரலைச் சுற்றி வலி மற்றும் வீக்கத்தை நீங்கள் உணருவீர்கள். இது இயல்பானது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இணைப்பைச் செய்ய மூட்டுக்கு மேல் ஒரு வெட்டு மட்டுமே பயன்படுத்துவார். அது குணமடையும் போது விரலைப் பாதுகாக்க நீங்கள் ஒரு அடுக்கு அல்லது அறுவை சிகிச்சை செய்யலாம். வீக்கத்தைக் குறைக்க உதவும் வகையில் உங்கள் கையை உங்கள் இதயத்திற்கு மேலே உயர்த்திக் கொள்ளுங்கள்.

வலி குறைய, நீங்கள் மென்மையான உடற்பயிற்சிகளைத் தொடங்குவீர்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் மூட்டு எவ்வாறு சரிசெய்யப்பட்டுள்ளது என்பதைப் பொறுத்து ஆரம்ப இயக்கத்தை அனுமதிக்கலாம். இறுக்கத்தைத் தடுக்க உங்கள் விரலை பாதுகாப்பான வரம்புகளுக்குள் நகர்த்த நீங்கள் கற்றுக்கொள்வீர்கள். வீக்கம் குறைந்து வருவதால் சாப்பிடுவது அல்லது உடை அணிவது போன்ற தினசரி பணிகள் எளிதாக இருக்கும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் அவ்வாறு செய்ய உங்களுக்கு அனுமதி அளித்தவுடன் நீங்கள் இலகுவான நடவடிக்கைகளுக்குத் திரும்பலாம்.

உங்கள் மீட்பு பயணம் தனித்துவமானது. சிலர் வேலைக்கு விரைவாக தயாராக இருப்பதாக உணர்கிறார்கள், மற்றவர்கள் அதிக நேரம் எடுத்துக்கொள்கிறார்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் மற்றும் பிசியோதெரபிஸ்ட் எப்போது வாகனம் ஓட்டுவது, விளையாட்டுக்கு திரும்புவது அல்லது முழுமையான கடமைகளை மீண்டும் தொடங்குவது குறித்து உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார்கள். உங்கள் உடலை நம்புங்கள் மற்றும் சிறந்த முடிவுகளுக்கு அவர்களின் ஆலோசனையைப் பின்பற்றவும்.

என்ன தவறு நடக்கலாம்

பெரும்பாலான நோயாளிகள் நன்றாக இருக்கிறார்கள், ஆனால் எப்போதாவது பிரச்சினைகள் ஏற்படலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரும் குழுவும் எந்தவொரு பிரச்சினையையும் ஆரம்பத்தில் கண்டறிய உங்களை உன்னிப்பாகக் கண்காணிப்பார்கள்.

எலும்பு ஒழுங்காக ஒன்றாக இணைக்கப்படாவிட்டால், நீங்கள் ஒரு தொடர்ச்சியான வலியை உணரலாம் அல்லது உங்கள் விரல் இன்னும் அசைந்து கொண்டிருப்பதைக் கவனிக்கலாம். அது இறுக்கமாக இருக்க வேண்டும். நீங்கள் ஒரு கிளிக் அல்லது அரைக்கும் உணர்வை உணரலாம். இது நடந்தால் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரிடம் சொல்லுங்கள், ஏனென்றால் அவர்கள் உங்கள் குணமடைவதை சரிபார்க்க வேண்டும் அல்லது மேலதிக சிகிச்சையைத் திட்டமிட வேண்டும்.

சில நேரங்களில் மூட்டுக்கு தொற்று ஏற்படலாம். காயத்திலிருந்து பரவும் சிவப்பு, வெப்பம் அல்லது வீக்கம் ஆகியவற்றை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இது நன்றாக இருப்பதற்குப் பதிலாக மோசமடைகிறது. எளிய வலி நிவாரண மருந்துகளால் குணமடையாத ஆழமான, துடிக்கும் வலியும் ஒரு அறிகுறியாகும். இந்த அறிகுறிகளைக் கண்டால் உடனடியாக உங்கள் கிளினிக்கைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள், இதனால் அவை தீவிரமடைவதற்கு முன்பு தொற்றுநோய்க்கு சிகிச்சையளிக்க முடியும்.

இந்த அறுவை சிகிச்சை முந்தைய பிரச்சினையை சரிசெய்யும் அரிதான சந்தர்ப்பங்களில், எலும்பு நம்பகமான முறையில் உருகாமல் போகலாம். நீங்கள் தொடர்ச்சியான வலியை அனுபவிக்கலாம் அல்லது மூட்டு நிலையற்றதாக உணரலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் இந்த அபாயங்களை உங்களுடன் முன் கூட்டியே விவாதிப்பார் மற்றும் எழும் எந்தவொரு பிரச்சினையையும் நிர்வகிக்க உங்கள் முன்னேற்றத்தை கவனமாக கண்காணிப்பார்.

இந்த பக்கத்தில் உள்ள சிக்கல்கள் அட்டவணை வழக்கமான விகிதங்களை பட்டியலிடுகிறது நீங்கள் விவரங்களை விரும்பினால்.

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

காய்ச்சல், அதிகரிக்கும் சிவத்தல், அல்லது உங்கள் காயத்திலிருந்து வெளியேற்றப்பட்டால் எங்களை அழைக்கவும். திடீரென கடுமையான வலி, புதிய மயக்கம், அல்லது உங்கள் விரலை நகர்த்த முடியாவிட்டால் உடனடியாக உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். கன்றுக்குட்டி வீக்கம் அல்லது சுவாசக் குறைபாடு இருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால் அவசர அறைக்குச் செல்லுங்கள். சிக்கல்கள் சாத்தியம் என்றாலும், இந்த அறிகுறிகள் உங்களைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க அவசரமாக மதிப்பீடு செய்ய வேண்டும்.