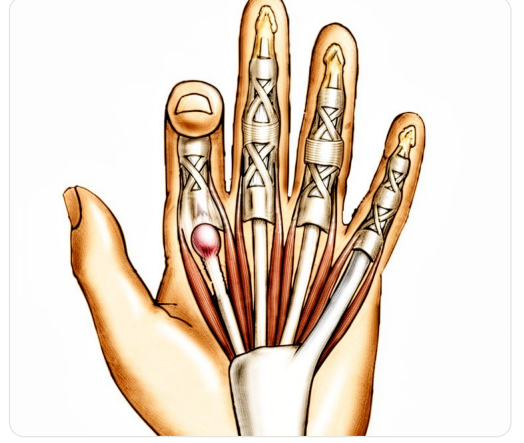


துவக்க விரல் வெளியீடு

விரலை விடுவித்தல்: விரலின் அடிப்பகுதியில் ஒரு சிறிய வெட்டு மூலம், அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் A1 புல்லியை (தூண்டப்பட்ட இடுப்பு பிடித்துக்கொண்டிருந்த இறுக்கமான இசைக்குழு) பிரிக்கிறார். பிரிந்தவுடன், இடுப்பு மீண்டும் சுதந்திரமாக glide முடியும்.

Kieran Hirpara © ④ 4.0



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

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டது

டிரிக்ஜர் விரல் விடுவித்தல் என்பது உங்கள் கைப்பையில் உள்ள இறுக்கமான தசைக் கவசத்தை விடுவிக்கும் ஒரு குறுகிய செயல்முறையாகும். இது உங்கள் விரல் பிடிப்பதை அல்லது பூட்டுவதைத் தடுக்கிறது. உங்கள் கைப்பையில் தொடர்ச்சியான வலி, கட்டி அல்லது ஒரு விரல் சிக்கியிருப்பதால் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் இதை பரிந்துரைத்திருக்கலாம், குறிப்பாக ஸ்டிராய்டு ஊசிகள் நீடித்த நிவாரணத்தை வழங்கவில்லை என்றால். பெரும்பாலான மக்கள் முதலில் ஊசிகளை முயற்சிக்கும்போது, அந்த சிகிச்சைகள் தோல்வியுற்றால் அல்லது உங்களுக்கு நீரிழிவு நோய் இருந்தால் மற்றும் நம்பகமான தீர்வு தேவைப்பட்டால் அறுவை சிகிச்சை சிறந்த தேர்வாகும்.

இந்த அறுவை சிகிச்சை பொதுவாக குறைந்த ஆபத்து மற்றும் மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். சுமார் 97% நோயாளிகள் இந்த நடைமுறைக்குப் பிறகு தங்கள் அறிகுறிகளை முழுமையாக நீக்குகிறார்கள். முக்கிய குறிக்கோள் மென்மையான இயக்கத்தை மீட்டெடுப்பதும், உங்கள் விரல் ஒரு வளைந்த நிலையில் பூட்டப்படுவதிலிருந்து வரும் வலியை நீக்குவதும் ஆகும்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு பல மணிநேரங்களுக்கு முன்னர் நீங்கள் உண்ணாவிருந்தும் இருக்க வேண்டும் மற்றும் யாராவது உங்களை வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்ல ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். உங்கள் தற்போதைய அனைத்து மருந்துகளின் பட்டியலையும் எடுத்துச் சென்று வசதியான ஆடைகளை அணியுங்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் நீங்கள் செயல்முறைக்கு பாதுகாப்பாக இருப்பதை உறுதிசெய்ய எக்ஸ்-கதிர்கள், இரத்தப் பணி

அல்லது மயக்கமருந்து மதிப்பாய்வு போன்ற எளிய சோதனைகளை ஆர்டர் செய்யலாம். இந்த சோதனைகள் உங்கள் ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்தைப் புரிந்துகொள்வதற்கும் உங்களுக்கான சிறந்த கவனிப்பைத் திட்டமிடுவதற்கும் உதவுகின்றன. உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையின் நாளுக்கு முன்னர் எந்த மருந்துகளை நிறுத்த வேண்டும் என்பதற்கான குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை உங்களுக்கு வழங்குவார். இந்த திறந்த அறுவை சிகிச்சை விரல் மீது ஒரு சிறிய வெட்டியைப் பயன்படுத்துகிறது. இறுக்கமான தசைக் கவசத்தை விடுவிக்க.

அன்று

நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வந்து உங்கள் மயக்க மருத்துவரை சந்தித்து வலி கட்டுப்பாட்டைப் பற்றி விவாதிப்பீர்கள். இந்த அறுவை சிகிச்சையை உள்ளூர் மயக்க மருந்தின் கீழ் (நீங்கள் விழித்திருக்கும் போது அறுவை சிகிச்சையின் பகுதியை மட்டுமே மயக்கும் ஒரு ஊசி) அல்லது பொது மயக்க மருந்தின் கீழ் (முழுமையாக தூங்குவது) செய்யலாம். 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.

பின்னர் நீங்கள் அறுவை சிகிச்சை அறைக்குச் செல்வீர்கள், அங்கு உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இறுக்கமான பட்டையை விடுவிக்க விரலில் ஒரு சிறிய வெட்டு செய்கிறார். இந்த நடைமுறை குறுகிய மற்றும் பாதுகாப்பானது. அதன் பிறகு, நீங்கள் குணமடைவீர்கள், அங்கு நீங்கள் வீட்டிற்குச் செல்லத் தயாராகும் வரை ஊழியர்கள் உங்களைக் கண்காணிப்பார்கள். ஸ்கார் மென்மை அல்லது லேசான கடினத்தன்மை போன்ற சிறிய சிக்கல்கள் ஏற்படலாம், ஆனால் பெரும்பாலான நோயாளிகள் பூட்டுதலிலிருந்து உடனடி நிவாரணத்தை உணர்கிறார்கள்.

அறுவை சிகிச்சையின் உள்ளடக்கம்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் விரல் அல்லது கட்டைவிரலின் கைப்பகுதியில் சுமார் 2 செ.மீ. நீளமுள்ள ஒரு வெட்டு செய்வார். துல்லியமான இடம் எந்த விரல் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது என்பதைப் பொறுத்தது, பொதுவாக உங்கள் கையின் பிரதான மடிப்புக்குக் கீழே. இந்த வெட்டு A1 புல்லி என்று அழைக்கப்படும் இறுக்கமான திசுப் பட்டைக்கு அணுகலை வழங்குகிறது, இது உங்கள் தசைப்பிடிப்பைப் பிடிக்கிறது.

உங்கள் விரல்களின் வரிசையை பாதுகாக்க, உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இந்த இறுக்கமான பட்டையை வெட்டி, இடுப்பை விடுவிப்பார், இதனால் அது மீண்டும் மென்மையாக நழுவ முடியும். உங்களுக்கு ரியூமடோய்டு மூட்டுவலி இருந்தால், உங்கள் விரலின் வரிசையை பாதுகாக்க உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இடுப்பின் ஒரு சிறிய ஸ்லிப்பை அகற்றலாம். பட்டா விடுவிக்கப்பட்டவுடன், உங்கள் விரலை முன்னும் பின்னுமாக நகர்த்தி, அது சிக்காமல் சுதந்திரமாக நகர்கிறது என்பதை உறுதிப்படுத்தும்.

வெட்டு 10 முதல் 14 நாட்களுக்குப் பிறகு அகற்றப்படும் தையல்களால் மூடப்படுகிறது. ஒரு சுருக்க பேண்டேஜ் பயன்படுத்தப்பட்டு 48 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு அகற்றப்படுகிறது. பேண்டேஜ் அகற்றப்பட்டவுடன் உங்கள் விரலை சாதாரணமாகப் பயன்படுத்த நீங்கள் ஊக்குவிக்கப்படுகிறீர்கள்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் கையை சரிபார்க்கும் ஒரு மீட்பு பகுதியில் நீங்கள் எழுந்திருப்பீர்கள். இந்த திறந்த அறுவை சிகிச்சை குறைந்த ஆபத்தானது, இருப்பினும் 20 விரல்களில் சுமார் 1 க்கு லேசான, தற்காலிக சிக்கல் இருக்கலாம். இது ஒரு நாள் வழக்கு, எனவே நீங்கள் அதே நாளில் வீட்டிற்குச் செல்வீர்கள். உங்கள் கை ஒரு டிரஸ்ஸில் மூடப்படும்; கட்டைவிரலுக்கு ஒரு ஸ்லிங் அல்லது பிராஸ் பொதுவாக தேவையில்லை. வலி நிலையான மருந்து மூலம் நிர்வகிக்கப்படுகிறது. உங்களுக்கு உதவ முதல் 24 மணிநேரங்களுக்கு யாராவது உங்களுடன் இருக்க வேண்டும். பெரும்பாலான நோயாளிகள் விரைவாக நன்றாக உணர்கிறார்கள், மேலும் நடைமுறைக்குப் பிறகு சுமார் 97% முழுமையான தீர்வு உள்ளது.

மீட்பு

உங்கள் கை முதல் சில நாட்களுக்கு இறுக்கமாகவும் வலியுடனும் இருக்கும். உங்கள் விரலைச் சுற்றி சில வீக்கம் அல்லது லேசான புண்கள் இருப்பதை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இது இயல்பானது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் சங்கடத்தை குறைக்க பனிப் பொதிகளைப் பயன்படுத்த பரிந்துரைக்கலாம். சில நோயாளிகள் விரலை மெதுவாக நகர்த்துவது தீங்கு விளைவிக்காமல் இறுக்கத்தை குறைக்க உதவுகிறது.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சையின் நாளில் உங்கள் விரலை நகர்த்த முடியும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் வீக்கத்தைக் குறைக்க உங்கள் கையை உயர்த்தி வைக்க அறிவுறுத்தலாம். நீங்கள் வழக்கமாக உங்கள் கையை மெதுவாக கழுவலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் அது பாதுகாப்பானது என்று சொல்லும் வரை கனமான பிடிப்பு அல்லது தூக்குவதைத் தவிர்க்கவும். சாப்பிடுவது அல்லது தட்டச்சு செய்வது போன்ற எளிய பணிகள் பெரும்பாலும் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு நன்றாக இருக்கும்.

உங்களுக்கு நீரிழிவு நோய் இருந்தால், நடைமுறைக்குப் பிறகு உங்கள் இரத்த சர்க்கரை அளவு சற்று உயரக்கூடும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இதை உன்னிப்பாகக் கண்காணிப்பார். ஒவ்வொருவரும் வெவ்வேறு வேகத்தில் குணமடைகிறார்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மற்றும் சிகிச்சையாளர் உங்கள் குறிப்பிட்ட முன்னேற்றத்தின் அடிப்படையில் வேலைக்கு அல்லது வாகனம் ஓட்டுவதற்கு எப்போது திரும்புவது என்பது 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.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு சிவப்பு நிறம், வீக்கம், அல்லது வலி ஆகியவை குணமடைவதற்குப் பதிலாக மோசமடைவதை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இது ஒரு ஆழமான தொற்றுநோயைக் குறிக்கலாம், குறிப்பாக கடந்த மாதத்தில் உங்களுக்கு ஸ்டிராய்டு ஊசி போடப்பட்டிருந்தால். எளிய வலி நிவாரணிகள் குணப்படுத்த முடியாத ஆழமான, துடிக்கும் வலியை நீங்கள் உணர்ந்தால், அல்லது காயத்திலிருந்து சிவப்பு பரவுவதை நீங்கள் கண்டால், உடனடியாக கிளினிக்கை அழைக்கவும். அந்த பகுதியை சுத்தம் செய்ய உங்களுக்கு அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படலாம்.

சில நேரங்களில் காயத்தின் விளிம்புகள் சிறிது பிரிக்கப்படலாம், அல்லது புள்ளி மிகவும் மென்மையாக மாறக்கூடும். உங்கள் விரலை எவ்வளவு எளிதில் வளைக்கவோ அல்லது நிமிர்ந்து நிற்கவோ முடியும் என்பதை நீங்கள் உணரலாம். இவை சிறிய பிரச்சினைகள், ஆனால் அவை உங்களைத் தொந்தரவு செய்தால், அடுத்த பரிசோதனையில் அவற்றை எழுப்புவீர்கள்.

அரிதான சந்தர்ப்பங்களில், உங்கள் கட்டைவிரலின் பக்கவாட்டில் உள்ள நரம்பு சேதமடையக்கூடும். அந்த பகுதியில் நீங்கள் மயக்கம், குறட்டை அல்லது விசித்திரமான உணர்வை உணரலாம். உங்கள் உணர்வு அல்லது வலிமையில் திடீர் மாற்றங்களை நீங்கள் கவனித்தால், உடனடியாக உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரிடம் தெரிவிக்கவும்.

உங்களுக்கு ருமாதோயிட் கீல்வாதம் இருந்தால், அறுவை சிகிச்சை உங்கள் விரல் மூட்டு பக்கவாட்டாக நகர்வதை மோசமாக்கலாம். உங்கள் விரல் முன்பு இருந்ததை விட மற்ற விரல்களுக்கு அதிகமாக சாய்ந்திருப்பதை நீங்கள் காணலாம். இந்த அபாயத்தை உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரிடம் விவாதிக்கவும்.

சில நேரங்களில், அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு விரல் மீண்டும் கிளிக் செய்யத் தொடங்கலாம் அல்லது பூட்டப்படலாம். இரைப்பை வடு திசுவில் சிக்கினால் அல்லது ஒரு சிறிய கட்டி மூலம் குணமடைந்தால் இது ஏற்படலாம். பொதுவாக, இந்த உணர்வு காலப்போக்கில் மறைந்துவிடும், ஆனால் அது தொடர்ந்தால், அதை உங்கள் குழுவிடம் குறிப்பிடுங்கள்.

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

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

நீங்கள் காய்ச்சல், அதிகரிக்கும் சிவப்பு, அல்லது உங்கள் காயத்திலிருந்து வெளியேற்றப்பட்டால் எங்களை அழைக்கவும். திடீரென கடுமையான வலி, புதிய மயக்கம், அல்லது உங்கள் விரலை நகர்த்த முடியாவிட்டால் அவசர சிகிச்சையை நாடுங்கள்.

கன்றுக்குட்டி வீக்கம் அல்லது சுவாசக் குறைபாடு இருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால் உடனடியாக அவசர அறைக்குச் செல்லுங்கள். இந்த அறிகுறிகள் ஒரு தொற்று, நரம்பு காயம் அல்லது உடனடி கவனம் தேவைப்படும் இரத்த உறைவு ஆகியவற்றைக் குறிக்கலாம்.