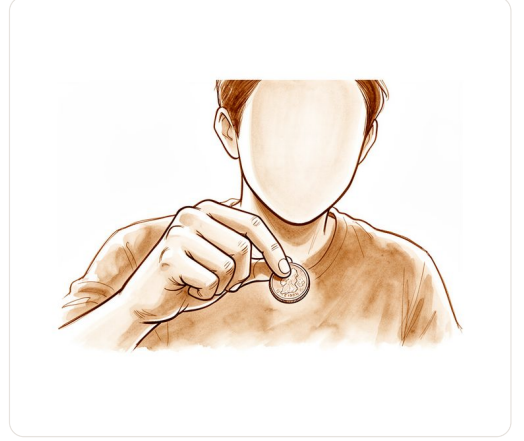


டிஐபி கூட்டு இணைப்பு

ஒரு டிஐபி கூட்டு இணைப்பு நகத்திற்கு அருகிலுள்ள சிறிய கூட்டு ஒரு திடமான, வலி இல்லாத அலகு ஒரு லேசான வளைந்த நிலையில் பூட்டுகிறது; எலும்புகள் முதல் வாரங்களில் ஒன்றாக வளர்கின்றன, எனவே கூட்டு இனி நகராது.

Kieran Hirpara © 2014 4.0



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

இந்த நடைமுறை ஒரு பிறகு உங்கள் மீட்பு வழிகாட்டுகிறது **டிஐபி கூட்டு இணைப்பு** (arthrodesis), இது நிரந்தரமாக உங்கள் விரல் நுனியில் உள்ள சிறிய மூட்டுடன் இணைகிறது, நகத்திற்கு மிக அருகில், மேட்டர் தனியார் மருத்துவமனை ராக்ஹாம்ப்ள்டனில் உள்ள டாக்டர் கீரன் ஹிர்பாராவின். இது உங்கள் வீட்டு உடற்பயிற்சி திட்டத்துடன் தொடங்குகிறது, அதைத் தொடர்ந்து கட்டமைக்கப்பட்ட மருத்துவ நெறிமுறை எழுதப்பட்டுள்ளது **உங்கள் கை சிகிச்சையாளர்**: இந்த பக்கத்தை அல்லது அதன் PDF ஐ உங்கள் முதல் சிகிச்சை வருகைக்கு எடுத்துச் செல்லுங்கள், இதனால் உங்கள் மறுவாழ்வு ஒருங்கிணைந்ததாக இருக்கும். உங்கள் சிகிச்சையாளர் உங்கள் மீட்பு எவ்வாறு முன்னேறுகிறது என்பதைப் பொறுத்து திட்டத்தை சரிசெய்யலாம்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்கள் காயத்தைப் பற்றி ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால், அறைகளைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். காயத்தின் புகைப்படத்தை எடுத்து அதை மதிப்பாய்வு செய்ய மின்னஞ்சல் அனுப்புவது பெரும்பாலும் உதவியாக இருக்கும்.

எதிர்பார்ப்பது என்ன

நகத்திற்கு அருகிலுள்ள சிறிய மூட்டு உடைந்து, வலிக்கும்போது, பொதுவாக மூட்டுவலி (ஹெபர்டன் நோட்ஸ் என்று அழைக்கப்படும் எலும்பு கட்டிகள்) அல்லது அதன் கீழ் உள்ள எலும்பு துடிப்புடன் சேர்ந்து ஒரு தொந்தரவான சளி சைஸ்டை அகற்றுவதற்காக ஒரு டிஐபி கூட்டு இணைப்பு செய்யப்படுகிறது. **அது திடமாக உருகுகிறது** ஒரு சிறிய வளைந்த, செயல்பாட்டு நிலையில் (சுமார் 35° வரை). **அந்த கூட்டு மீண்டும் ஒருபோதும் நகராது**, மற்றும் பதிலாக வலி போகிறது மற்றும் விரல் முனை நிலையான மற்றும் வலுவான பிஞ்சு ஆகிறது. நிர்ணயம் பொதுவாக ஒரு சிறிய **புதைக்கப்பட்ட தலையில்லாத திருகு** (அதை நீக்க தேவையில்லை), அல்லது சில நேரங்களில் ஒரு **கே-கம்பி** ஆறு வாரங்களுக்குள் அகற்றப்பட்டால், சருமம் அல்லது நகத்தை பராமரிக்க வேண்டியிருக்கும்.

உங்கள் முழு மறுவாழ்வு ஒரு எளிய யோசனை சுற்றி கட்டப்பட்டுள்ளது: **எலும்பு இணைந்திருக்கும் வரை இணைப்பைப் பாதுகாக்கவும், ஆனால் எல்லாவற்றையும் நகர்த்தவும்.** எலும்பு பொதுவாக சுமார் ஒன்றாக உணர்கிறது **ஆறு முதல் எட்டு வாரங்கள்**, எக்ஸ்-கதிர் சுற்றி பிடித்து **பத்து வாரங்கள்** அதுவரை:

- **தி உருகிய விரல் நுனி பிணைக்கப்பட்டு பாதுகாக்கப்படுகிறது** எனவே குணப்படுத்தும் எலும்பு தொந்தரவு செய்யப்படவில்லை.
- **ஒவ்வொரு மற்ற மூட்டு தொடர்ந்து நகரும்:** விரலின் நடுத்தர மூட்டு, முழங்கை, கட்டைவிரல், மணிக்கட்டு, மற்றும் உங்கள் மற்ற விரல்கள், அதனால் கை இறுக்கமடையாது.
- **வீக்கம் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது** மற்றும் **வடு நிர்வகிக்கப்படுகிறது** எனவே விரல் வசதியாகவும் மென்மையாகவும் இருக்கும்.
- எலும்புகள் இணைந்தவுடன், **பிஞ்சு மற்றும் பிடிப்பு படிப்படியாக மீண்டும் கட்டமைக்கப்படுகின்றன** எல்லாவற்றையும் ஒரே நேரத்தில் விட.

முன்னெச்சரிக்கைகள் மற்றும் வரம்புகள்

- **உங்கள் விரல் நுனியை வழிகாட்டுதலின்படி அணியுங்கள்.** ஆரம்பத்தில் இது தொடர்ச்சியாக அணியப்படுகிறது; பின்னர் அது செயல்பாட்டிற்காக மட்டுமே அணியப்படுகிறது. இது உருகிய கூட்டு இன்னும் வைத்திருக்கிறது ஆனால் விட்டுவிடுகிறது **விரலின் நடுத்தர மூட்டு (PIP) இலவசமாக நகரும்.**
- செய் **இல்லை** வலுவான பிடியை, இறுக்கமாக பிடுங்குங்கள் அல்லது இணைப்பு இணைந்து நீங்கள் சுத்தம் செய்யப்படும் வரை செயல்படுத்தப்பட்ட விரலுடன் கனமாக உயர்த்தவும்; **1 கிலோ (≈2 பவுண்டு) முதல் ஆறு வாரங்களில்.**
- **ஒவ்வொரு மற்ற கூட்டு நகரும் வைத்து** ஆரம்பத்தில்: விரலின் நடுத்தர மற்றும் முழங்கை மூட்டுகள், கட்டைவிரல், மணிக்கட்டு, மற்றும் உங்கள் மற்ற விரல்கள்.
- **துணிகளை உலர வைக்கவும், கையை உயர்த்தவும்** முதல் 10 முதல் 14 நாட்களில் வீக்கத்தை சரிசெய்யவும், நக மடிப்பு அல்லது சிறுநீர்ப்பை அகற்றப்பட்டால் சிறுநீர்ப்பை அகற்றப்படுவதைப் பின்பற்றவும்.
- உங்களுக்கு ஒரு **கே-கம்பி**, அதை பாதுகாக்க மற்றும் சுமார் அதை நீக்கப்படும் வரை பகுதியில் சுத்தமான வைத்து **ஆறு வாரங்கள்** ஒரு புதைக்கப்பட்ட திருகு நீக்க தேவையில்லை.
- செய் **இல்லை** சக்கரத்தை பாதுகாப்பாகப் பிடிக்கவும் கட்டுப்படுத்தவும் முடியும் வரை வாகனம் ஓட்டுங்கள். **ஆறு வாரங்கள்**, உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரின் விருப்பப்படி.

காயம், வீக்கம் மற்றும் வடுக்கள் மேலாண்மை, நடைமுறையில் பார்க்க [காயம் பராமரிப்பு](#) வழிகாட்டல்.

உங்கள் பயிற்சிகள்

இவை உங்கள் கையேட்டில் உள்ள பயிற்சிகள். டாக்டர் ஹிர்பாரா மற்றும் உங்கள் கை சிகிச்சை நிபுணரின் வழிகாட்டுதலின்படி மட்டுமே அவற்றைத் தொடங்குங்கள், உங்களுக்கு வழங்கப்பட்ட வரம்புகளுக்குள் இருங்கள். ஆரம்ப பயிற்சிகள் மீதமுள்ள கையை சுதந்திரமாக நகர்த்த வைக்கின்றன **உருகிய விரல் நுனி தொந்தரவு இல்லாமல்**: இணைப்பின் இருபுறமும் உள்ள மூட்டுகளின் இயக்கம், உங்கள் மற்ற விரல்கள், கட்டைவிரல் மற்றும் மணிக்கட்டு, இடுப்பு சறுக்கல்கள், மற்றும் வீக்கக் கட்டுப்பாடு. **பிணைப்பு மற்றும் பிஞ்சு வலுவூட்டல் ஒரு பிற்கால கட்டத்திற்கு சொந்தமானது** எக்ஸ்-ரேவில் இணைப்பு இணைக்கப்பட்டு, நீங்கள் குறிப்பாக அழிக்கப்படும் வரை தொடங்கக்கூடாது. விரல் நுனியில் கூர்மையான வலியை ஏற்படுத்தும் எதையும் நிறுத்துங்கள்.

உங்கள் மருத்துவ நெறிமுறை

இந்த பக்கத்தின் மீதமுள்ள பகுதி டிஐபி கூட்டு (தீவிர இடைமுகம்) ஆர்த்ரோடெசிஸுக்குப் பிறகு மறுவாழ்வுக்கான படிநிலை மருத்துவ நெறிமுறை ஆகும். இந்த பிரிவு உங்கள் கை சிகிச்சையாளருக்கு வழங்கப்பட வேண்டும், மேலும் ஒவ்வொரு கட்டமும் என்ன நடக்கிறது என்பதற்கான எளிய ஆங்கில விளக்கத்துடன் தொடங்குகிறது. **ஒவ்வொரு மற்ற மூட்டு முழு இயக்கம் பாதுகாத்து போது எலும்பு இணைப்பு வரை arthrodesis தளம் பாதுகாக்க:** டிஐபி பிஐபி இலவசமாக விட்டு ஒரு P2 P3 அடுக்கு மீது immobilised உள்ளது, வீக்கம் மற்றும் வடு நிர்வகிக்கப்படுகிறது, மற்றும் பிஞ்சு / பிடியில் ஒன்றாக மட்டுமே படிப்படியாக மீண்டும் ஏற்றப்படும்.

சிகிச்சைக்கு முன்னர், நோயாளியின் அறுவை சிகிச்சை அறிக்கை மற்றும் கடந்தகால மருத்துவ வரலாற்றை சரிபார்த்து, சிகிச்சையளிக்கும் அறுவை சிகிச்சையாளருடன் இணைப்பு (தலை இல்லாத சுருக்க திருகு, புதைக்கப்பட்ட, அகற்றப்படாதது, K- கம்பி, அகற்றப்பட்டது ~ 6 வாரங்கள்), இணைப்பு நிலை (சிறிய வளைவு, ~ 35 ° வரை), மற்றும் சருமம் / நக மடிப்பு அறுவை சிகிச்சையுடன் ஒரு சுரப்பப் புற்று ஏற்பட்டதா என்பது குறித்து தொடர்பு கொள்ளுங்கள். மருத்துவ இணைப்பு பொதுவாக 68 வாரங்கள் மற்றும் ரேடியோகிராஃபிக் இணைப்பு சுமார் 10 வாரங்கள்; கீழே உள்ள மறுவாழ்வு காலவரிசை குறைந்த அளவிலான நிபுணர் ஒருமித்த கருத்து மற்றும் அறுவை சிகிச்சையாளரின் விருப்பத்திற்கு உட்பட்டது மற்றும் அறுவை சிகிச்சை மற்றும் எக்ஸ்-ரே உறுதிப்படுத்தலுக்கு உட்பட்டது.

கட்டம் 1 பாதுகாத்தல் மற்றும் குடியேறுதல் (0 முதல் 2 வாரங்கள் வரை)

முதல் இரண்டு வாரங்கள் புதிதாக இணைக்கப்பட்ட இணையை பாதுகாத்து, வீக்கத்தையும் காயத்தையும் சரிசெய்து, எந்தவொரு சம்பந்தமில்லாத மூட்டுகளையும் நகர்த்துவதன் மூலம் எதுவும் இறுக்கமடையாது.

உங்கள் கை சிகிச்சையாளருக்கு:

கல்வி மற்றும் முன்னெச்சரிக்கைகள் - கனமான அறுவை சிகிச்சை பேண்டேஜ் / ஸ்பிளின்ட் **உயர்வு** முதல் **1014 நாட்கள்**; உலர்ந்த நிலையில் வைக்கவும் - ஆர்த்தோடெசிஸ் இடத்தை பாதுகாக்கவும்; **சுமை இல்லை** அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்ட விரல் நுனியின் - ஒரு கே-கம்பி இருந்தால், ஊசி இடத்தை பாதுகாக்கவும்; பொருத்தமானால், நக மடிப்பு/ சிஸ்ட்-வெட்டு காயத்தை மறுபரிசீலனை செய்யவும்

நிர்வாகம் - காயம்: பரிந்துரைப்படி அறுவை சிகிச்சை பாண்டேஜ்கள்; தொற்றுநோயை கண்காணிக்கவும் - வீக்கம்: உயர்வு, மென்மையான கை பம்ப், தேவைக்கேற்ப பனி - பயிற்சிகள்: **சம்பந்தப்படாத அனைத்து மூட்டுகளின் AROM**: அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்ட விரல், கட்டை விரல், மணிக்கட்டு, மற்றும் மற்ற எல்லா விரல்களின் PIP மற்றும் MCP; இடுப்பு சலவைகளை வசதியாக அனுமதிக்கிறது

முன்னேற்றத்திற்கான அளவுகோல்கள் - காயம் குறையும்; வீக்கம் கட்டுப்படுத்தப்படும்; தனிப்பயனாக்கப்பட்ட நீக்கக்கூடிய டிஐபி- தடுப்பு அடுக்குக்கு மாறுவதற்கு சுமார் இரண்டு வாரங்களில் தயாராக உள்ளது

கட்டம் 2 செயல்பாட்டுடன் DIP- தடுக்கும் அடுக்கு (2 முதல் 6 வாரங்கள்)

சுமார் இரண்டு வாரங்களுக்குப் பிறகு, கனமான பேண்டஸிங் ஒரு **தனிப்பயனாக்கப்பட்ட நீக்கக்கூடிய டிஐபி-தடுப்பு ஸ்பிளின்ட்** (ஸ்டாக்ஸ்/மாலெட் வகை ஆர்த்தோசிஸ் P2P3) இது விரல் நுனியின் மூட்டு மற்றும் PIP **இலவச விட்டு** இந்த கட்டத்தில் இது தொடர்ந்து அணியப்படுகிறது. முழுமையான செயலில் இயக்கம் எல்லா இடங்களிலும் ஊக்குவிக்கப்படுகிறது, வீக்கம் மற்றும் வடுக்கள் நிர்வகிக்கப்படுகின்றன, மேலும் விரல் நுனி சுமை இல்லாமல் இருக்கும்.

உங்கள் கை சிகிச்சையாளருக்கு:

கல்வி மற்றும் முன்னெச்சரிக்கைகள் - தனிப்பயனாக்கப்பட்ட அகற்றக்கூடிய டிஐபி- தடுப்பு அடுக்கு (பி 2 பி 3, பிஐபி இலவசம்) அணியப்பட்ட தொடர்ச்சியாக இந்த கட்டத்தில் - சக்தி பிடிப்பு அல்லது பிஞ்சு இல்லை; செயல்பாட்டு சுமை வரம்பு ~2 எல்பி (~1 கிலோ)

நிர்வாகம் - பயிற்சிகள்: செயலில் PIP, MCP, கட்டைவிரல் மற்றும் மணிக்கட்டு இயக்கம் பிளஸ் **அனைத்து பிற-இலக்கங்கள்** இயக்கம்; **இடுப்பு சறுக்கல்** (ஹூக், முழு முஷ்டி, நேராக) - வீக்கம்: உயர்வு தொடரவும் மற்றும் சேர்க்கவும் **அழுத்தம்** (Coban/light sleeve) அனுமதிக்கப்பட்டபடி - துவக்கம் **வடுக்கள் மசாஜ்** காயம் முழுமையாக குணமடைந்தவுடன்; நகத்தை மடிப்பதில் கவனம் செலுத்துதல்

முன்னேற்றத்திற்கான அளவுகோல்கள் - பராமரிக்கப்பட்ட PIP/MCP இயக்கம்; கட்டுப்படுத்தப்பட்ட வீக்கம்; குணமடைந்த காயம்; **ஆறாவது வாரத்தில் வெளிவரும் மருத்துவக் கூட்டு** (இணைப்பு உறுதிசெய்யப்பட்ட X-கதிர் மூலம் மட்டுமே தாய்ப்பால் கொடுப்பதைத் தொடரவும்)

கட்டம் 3 ஸ்பிளெண்டை விலக்கி, மென்மையான வலுவூட்டலைத் தொடங்குதல் (6 முதல் 8 வாரங்கள்)

இணைப்பு முடிந்ததும் எக்ஸ்-ரே மீது ஒன்றிணைந்தது (மருத்துவ ரீதியாக ~ 68 வாரங்கள்), ஸ்பிளெண்ட் கைவிடப்படுகிறது (செயல்பாடு / பாதுகாப்புக்காக மட்டுமே அணியப்படுகிறது) மற்றும் கே-கம்பி பயன்படுத்தப்பட்டால், சுமார் ஆறு வாரங்களில் அகற்றப்படுகிறது. பிஞ்சு மற்றும் பிடியின் மென்மையான வலுவூட்டல் தொடங்குகிறது.

உங்கள் கை சிகிச்சையாளருக்கு:

கல்வி மற்றும் முன்னெச்சரிக்கைகள் - இணைப்பு உறுதிசெய்யப்பட்டவுடன் DIP ஸ்பிளெண்டை நிறுத்துங்கள்: தேவைக்கேற்ப தொடர்ச்சியான பாதுகாப்பு/செயல்பாட்டு உடைகள்; K-கம்பி அகற்றப்பட்டது ~6 வாரங்கள் - படிப்படியாக முன்னேற்றம் ஏற்றுதல்; செயல்பாட்டு வரம்பு ~5 பவுண்டு (~2 கிலோ) சுற்றி இருந்து 8 வாரங்கள்

நிர்வாகம் - பயிற்சிகள்: துவக்கம் மென்மையான பிடிப்பு மற்றும் பிஞ்சு வலுவூட்டல்: சிகிச்சை புட்டு, லேசான பிஞ்சு மற்றும் கைப்பிடி வேலை; மற்ற அனைத்து மூட்டுகளிலும் முழு இயக்கத்தை தொடரவும்; வடுக்கள் மேலாண்மை தொடரவும் - மீதமுள்ள வீக்கம் அல்லது பிஐபி/எம்சிபி கடினத்தன்மை ஆகியவற்றை மறு மதிப்பீடு செய்து தேவைக்கேற்ப சரிசெய்யவும்

முன்னேற்றத்திற்கான அளவுகோல்கள் - ரேடியோகிராஃபிக் இணைப்பு உறுதிப்படுத்தப்பட்டது; வசதியான விரல் முனை; இணைப்பு இடத்தில் வலி இல்லாமல் மென்மையான சுமை தாங்கும்

கட்டம் 4 படிப்படியான வலுவூட்டல் மற்றும் வெளியேற்றம் (8 முதல் 12 வாரங்கள் வரை)

பிணைப்பு திடத்துடன், வலுவூட்டல் இயல்பான கை செயல்பாட்டிற்கு முன்னேறுகிறது, மேலும் கட்டுப்பாடுகள் சுமார் பன்னிரண்டு வாரங்களுக்கு நீக்கப்படுகின்றன.

உங்கள் கை சிகிச்சையாளருக்கு:

கல்வி மற்றும் முன்னெச்சரிக்கைகள் - படிப்படியான பிடிப்பு மற்றும் பிஞ்சு வலுவூட்டல்; செயல்பாட்டு வரம்பு ~10 பவுண்டுகள் (~4.5 கிலோ) சுமார் 10 வாரங்கள் - 12 வாரங்களில் இருந்து எந்த தடையும் இல்லை, அறுவை சிகிச்சை ஆய்வுக்கு உட்பட்டது

நிர்வாகம் - உடற்பயிற்சிகள்: தரப்படுத்தப்பட்ட எதிர்ப்பு பிடிப்பு மற்றும் பிஞ்சு (புட்டி → பிடியர்கள் → பணி-குறிப்பிட்ட சுமை); முழு செயல்பாட்டு கை பயன்பாட்டை மீட்டெடுக்கவும் - கவனியுங்கள் வெளியேற்றம் ஒரு நிலையான, வலி இல்லாத விரல் நுனியை கிட்டத்தட்ட இயல்பான கை செயல்பாடு மற்றும் வலிமையுடன் அடைந்தவுடன் - இணைப்பால் வலி, இணைப்பு பற்றிய கவலை, அல்லது ஒரு மோசமான செயல்பாட்டு விளைவு இருந்தால் சிகிச்சையளிக்கும் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரிடம் திரும்பவும்

தள்ளுபடிக்கான அளவுகோல்கள் - ஒருங்கிணைந்த, வலி இல்லாத இணைப்பு; இணைக்கப்படாத அனைத்து மூட்டுகளிலும் முழு இயக்கம்; செயல்பாட்டு பிஞ்சு மற்றும் பிடியில் மீட்டெடுக்கப்பட்டது

வேலை மற்றும் செயற்பாட்டிற்கு திரும்புதல்

தினசரி லேசான **மற்ற விரல்கள் மற்றும் கையின் மீதமுள்ள பகுதி** ஆரம்பத்திலிருந்தே, ஆறுதலுடன் ஊக்குவிக்கப்படுகிறது; உருகிய விரல் நுனி மட்டுமே பின்வாங்கப்படுகிறது. **வாகனம் ஓட்டுதல்** வழக்கமாக சுமார் **ஆறு வாரங்கள்**, நீங்கள் கனமான ஸ்பிளின்ட் வெளியே மற்றும் பாதுகாப்பாக கைப்பிடி மற்றும் சக்கர கட்டுப்படுத்த முடியும் ஒருமுறை; இந்த உங்கள் மதிப்பாய்வு போது டாக்டர் Hirpara விருப்பப்படி உள்ளது, எனவே ஆரம்ப வாரங்களில் போக்குவரத்து உதவி திட்டமிட. மென்மையான **பிஞ்சு மற்றும் லேசான பிடியில்** பொதுவாக ஆறு வாரங்களில் தொடங்கி எட்டு வாரங்களில், எலும்பு இணைந்தவுடன் அதிகரிக்கும். **முழு, கனமான அல்லது விளையாட்டு பயன்பாடு** கையில் பொதுவாக சுமார் **பன்னிரண்டு வாரங்கள்** இந்த காலவரிசைகள் **நிலையான காலக்கெடுவை விட நிபுணர் ஒருமித்த வழிகாட்டுதல்கள்**: உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரின் விருப்பம் மற்றும் உங்கள் எக்ஸ்-ரே (எலும்பு இணைந்திருப்பதை உறுதிப்படுத்துதல்) முதன்மையானது.

உங்கள் நெறிமுறை பிறகு

இந்த நெறிமுறை நடைமுறையின் பொது மீட்பு ஆலோசனையுடன் இணைந்து செயல்படுகிறது. **அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய வலியை நிர்வகித்தல், காயம் பராமரிப்பு** மற்றும் **வடு மேலாண்மை**மேலே உள்ள படிப்படியான திட்டம் டிஐபி கூட்டு ஆர்த்ரோடெசிஸுக்குப் பிறகு வெளியிடப்பட்ட மறுவாழ்வு வழிகாட்டுதல்களை பிரதிபலிக்கிறது, மேலும் உங்கள் விரல் எவ்வாறு குணமடைகிறது என்பதைப் பொறுத்து உங்கள் தற்போதைய மீட்பு டாக்டர் ஹிர்பாரா மற்றும் உங்கள் கை சிகிச்சையாளரால் தனித்தனியாக வழிநடத்தப்படுகிறது.