

மொத்த தோள்பட்டை அறுவை சிகிச்சை



முழு தோள்பட்டை மாற்றுதல்: ஒரு உலோக பந்து மேல் கை எலும்பில் பொருத்தப்பட்டு, இயற்கையான பந்து மற்றும் சாக்கெட் வடிவத்தை மீண்டும் உருவாக்கும் ஒரு பிளாஸ்டிக் சாக்கெட் தோள்பட்டை கத்திக்கு இணைக்கப்பட்டுள்ளது.

Kieran Hirpara © 2024

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

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டது

மொத்த தோள்பட்டை ஆர்த்தோபிளாஸ்டிக், கூட்டு மாற்று என்றும் அழைக்கப்படுகிறது, இது சேதமடைந்த தோள்பட்டை மூட்டுக்கு சரிசெய்ய ஒரு அறுவை சிகிச்சையாகும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இதை பரிந்துரைத்திருக்கலாம், ஏனென்றால் உங்களுக்கு உடைந்துபோகும் மூட்டுவலி அல்லது இயல்பான சிகிச்சை போன்ற அறுவை சிகிச்சை அல்லாத சிகிச்சைகள் மூலம் மேம்படாத உறுதியற்ற தன்மை உள்ளது. இந்த சிக்கல்களுடன் பெரும்பாலான நோயாளிகள் செயல்பாட்டில் தொடர்ச்சியான முன்னேற்றத்தையும் செயல்முறைக்குப் பிறகு வலி நிவாரணத்தையும் காண்கின்றனர்.

இந்த அறுவை சிகிச்சை பொதுவாக சிறந்த நிலைத்தன்மை மற்றும் இயக்கம் தேவைப்படும் நோயாளிகளுக்கு வழங்கப்படுகிறது. ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் முடிவுகள் ஒத்தவை என்றாலும், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் வயது மற்றும் குறிப்பிட்ட தோள்பட்டை காரணிகளை பரிந்துரைக்கும் போது மாற்று வகையை பரிந்துரைக்கலாம். முக்கிய குறிக்கோள் வலியைக் குறைத்து, உங்கள் கையை சுதந்திரமாக நகர்த்துவதற்கான திறனை மீட்டெடுப்பதாகும்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் நீங்கள் உண்ணாவிரதம் இருக்க வேண்டும் மற்றும் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரின் அறிவுறுத்தல்களின்படி சில மருந்துகளை உட்கொள்வதை நிறுத்த வேண்டும். தயவுசெய்து ஒரு நம்பகமான நபர் உங்களை வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்லவும், அன்றைய நாளில் வசதியான ஆடைகளை அணியவும் ஏற்பாடு செய்யுங்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் எக்ஸ்-ரே, எம்.ஆர்.ஐ ஸ்கேன், இரத்த பரிசோதனை அல்லது மயக்க பரிசோதனையை முன்கூட்டியே ஆர்டர் செய்யலாம். இந்த சோதனைகள் உங்கள் எலும்புகளின் தரம் மற்றும் ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்தை பாதுகாப்பாக திட்டமிட உங்கள் பராமரிப்பைப் புரிந்துகொள்ள உங்கள் குழுவுக்கு உதவுகின்றன. உங்கள் சந்திப்புக்கு தற்போதைய அனைத்து மருந்துகளின் முழுமையான பட்டியலையும் நீங்கள் கொண்டு வர வேண்டும். இந்த தயாரிப்பு உங்கள் ஒற்றை வெட்டு அறுவை சிகிச்சைக்கு நீங்கள் தயாராக இருப்பதை உறுதிசெய்கிறது மற்றும் மென்மையான மீட்புக்கு உதவுகிறது.

அன்று

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்னர் நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வந்து உங்கள் மயக்க மருத்துவரை சந்திப்பீர்கள். இந்த அறுவை சிகிச்சை ஒரு பிராந்திய நரம்புத் தடுப்புடன் இணைந்து பொது மயக்க மருந்தின் கீழ் செய்யப்படுகிறது. நீங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு முழுமையாக தூங்குவீர்கள், மற்றும் தடுப்பு (நீங்கள் எழுந்திருக்கும் முன் கையை வழங்கும் நரம்புகளை மயக்கும் ஒரு ஊசி) அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு முதல் 12 முதல் 24 மணிநேரங்களுக்கு வலி நிவாரணத்தை வழங்குகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்னர் மயக்க மருத்துவர் உங்களை சந்தித்து இரண்டு பகுதிகளையும் பற்றி பேசுவார்.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் தோள்பட்டைக்கு மேல் ஒரு திறந்த வெட்டு மூலம் செயல்முறையைச் செய்வார். பின்னர் நீங்கள் பாதுகாப்பாக எழுந்திருக்க மீட்பு பகுதிக்குச் செல்வீர்கள். பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஆரம்ப மணிநேரங்களை நரம்புத் தடுப்பின் உதவியுடன் நிர்வகிக்க முடியும் என்று கருதுகின்றனர். உங்கள் குழு நீங்கள் நிலையான மற்றும் வசதியாக இருப்பதை உறுதிப்படுத்தும் வரை நீங்கள் மீட்பில் இருப்பீர்கள்.

அறுவை சிகிச்சையின் உள்ளடக்கம்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் தோள்பட்டைக்கு முன்னால் ஒரு வெட்டு செய்வார். இந்த திறந்த அணுகுமுறை தோள்பட்டை கட்டமைப்புகளில் நேரடியாக வேலை செய்ய அனுமதிக்கிறது. உள்ளே, அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் அணிந்திருக்கும் கூட்டு மேற்பரப்புகளை அகற்றி, மெட்டல் மற்றும் பிளாஸ்டிக் பாகங்களுடன் மென்மையான இயக்கத்தை மீட்டெடுக்கிறார். நீங்கள் ஒரு துண்டிக்கப்பட்ட ரோட்டேட்டர் கஃப் இருந்தால், அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் சிறிய நங்கூரங்களைப் பயன்படுத்தி எலும்புக்கு மீண்டும் இணைப்பதன் மூலம் அதை சரிசெய்யலாம்.

அறுவை சிகிச்சையாளர் புதிய கூட்டு கூறுகளை உங்கள் எலும்பில் உறுதிப்படுத்துகிறார். அவை இடத்தில் இருப்பதை உறுதிசெய்ய. மாற்று அமைக்கப்பட்டவுடன், வெட்டு தையல்களால் மூடப்படுகிறது. பின்னர் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் அந்த பகுதியை பாதுகாக்க ஒரு பிளாஸ்டிக் பயன்படுத்துவார். ரோபோ-உதவி விருப்பங்கள் இருக்கும்போது, இந்த நடைமுறை நிலையான அறுவை சிகிச்சை நுட்பங்களைப் பயன்படுத்தி மேற்கொள்ளப்படுகிறது. தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட குறிப்பிட்ட வகை உள்வைப்பு மற்றும் அணுகுமுறை உங்கள் தோளின் நிலை மற்றும் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரின் மதிப்பீட்டைப் பொறுத்தது.

இந்த அறுவை சிகிச்சை வலியைக் குறைப்பதற்கும் உங்கள் கையை எவ்வாறு நகர்த்துவது என்பதை மேம்படுத்துவதற்கும் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. சில நோயாளிகளுக்கு, அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் ஒரு தலைகீழ் மொத்த தோள்பட்டை மாற்றுதலைப் பயன்படுத்தலாம், இது ஒரு நிலையான மாற்றுடன் ஒப்பிடும்போது மூட்டு எவ்வாறு செயல்படுகிறது என்பதை மாற்றுகிறது. இந்த வகைகளுக்கு இடையிலான தேர்வு உங்கள் சுழற்சி மஞ்ச் intact அல்லது கிழிந்ததா என்பதைப் பொறுத்தது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் தேவைகளுக்கு மிகவும் பொருத்தமான முறையைத் தேர்ந்தெடுப்பார்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

இந்த அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஒரு இரவு மருத்துவமனையில் தங்கியிருப்பார்கள், இருப்பினும் சிலர் அதே நாளில் வீட்டிற்குச் செல்ல முடியும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் தோள்பட்டைப் பகுதியில் ஒரு திறந்த வெட்டுவைப் பயன்படுத்துகிறார். ஆரம்பகால இயக்கம் பாதுகாப்பானது மற்றும் உங்கள் மீட்புக்கு உதவுகிறது. உங்கள் இயக்கம் மற்றும் வலிமையை மேம்படுத்த மென்மையான பயிற்சிகளைத் தொடங்குவீர்கள்.

மீட்பு

முதல் சில நாட்களில், உங்கள் தோள்பட்டை சுற்றி வலி மற்றும் வீக்கத்தை நீங்கள் உணருவீர்கள். மூட்டுக்கு மேல் செய்யப்பட்ட திறந்த வெட்டுவிலிருந்து உங்கள் உடல் குணமடைவதால் இது இயல்பானது. இந்த அசைவு கரியத்தை குறைக்க பனி மற்றும் மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவதில் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார். தோள்பட்டை குடியேறும்போது அதைப் பாதுகாக்க ஒரு ஸ்லிங் அணிவீர்கள்.

உங்கள் தினசரி நடைமுறை மென்மையான இயக்கம் மற்றும் உங்கள் உடற்கூறியல் நிபுணர் பரிந்துரைத்த குறிப்பிட்ட உடற்பயிற்சிகளில் கவனம் செலுத்தும். கனமான தூக்குதல் அல்லது திடீர் இழுவைகளைத் தவிர்த்து, இயக்கம் வரம்பை மீட்டெடுக்க எளிய இயக்கங்களுடன் தொடங்குவீர்கள். வீக்கம் குறைந்து வருவதால், நீங்கள் படிப்படியாக உங்கள் செயல்பாட்டை அதிகரிப்பீர்கள். உங்கள் தோள்பட்டை நிலையானதாகவும் வலுவாகவும் உணரும்போது விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கு நடவடிக்கைகளுக்கு திரும்புவதை நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம்.

குணமடைதல் என்பது ஒரு தனிப்பட்ட பயணம். உங்கள் காலவரிசை மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபடலாம், மேலும் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மற்றும் பிசியோதெரபிஸ்ட் உங்கள் தோள்பட்டைக்கு சிறந்த முடிவை உறுதிப்படுத்த ஒவ்வொரு அடியிலும் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார்கள்.

என்ன தவறு நடக்கலாம்

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

உங்களுக்கு முன்பு தோள்பட்டை உறுதியற்ற தன்மை இருந்தால், காலப்போக்கில் உங்கள் தோள்பட்டை நன்றாக உணர்கிறது என்பதை நீங்கள் கவனிக்கலாம், ஆனால் அது இன்னும் கொஞ்சம் தளர்வானதாக உணரலாம். முந்தையதை சரிசெய்ய உங்களுக்கு இரண்டாவது அறுவை சிகிச்சை தேவைப்பட்டால், மூட்டு மீண்டும் உறுதியற்றதாக மாறினால், நீங்கள் ஒரு கிளிக் அல்லது அரைக்கும் உணர்வை உணரலாம். இது மறுபரிசீலனை அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு ஒரு பொதுவான சவால்.

உங்கள் காயத்திலிருந்து திடீரென வீக்கம், சிவப்பு அல்லது வெப்பம் பரவுவதை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இந்த அறிகுறிகள் ஒரு தொற்று தொடங்கியிருப்பதைக் குறிக்கலாம். இந்த மாற்றங்களை நீங்கள் கண்டால், உடனடியாக உங்கள் கிளினிக்கை அழைக்கவும். உங்கள் அடுத்த சந்திப்புக்காக காத்திருக்க வேண்டாம்.

எளிய வலி நிவாரண மருந்துகளால் குணமடையாத ஆழமான, துடிக்கும் வலியை நீங்கள் உணர்ந்தால், அல்லது உங்கள் தோள்பட்டை திடீரென்று சிதைந்ததாகத் தோன்றினால், உங்களுக்கு எலும்பு முறிவு இருக்கலாம். நீங்கள் 90 வயதிற்கு மேற்பட்டவராக இருந்தால் அல்லது அதிக சமூக பற்றாக்குறை உள்ள பகுதியில் வசிக்கிறீர்கள் என்றால் இது மிகவும் சாத்தியம். இது நடந்தால் உடனடியாக அவசர சிகிச்சை பிரிவுக்குச் செல்லுங்கள்.

சில நோயாளிகள் திடீரென ஒரு பப் அல்லது மூட்டு இடத்திலிருந்து விலகிச் சென்றது போன்ற உணர்வை உணர்கிறார்கள். இது இடப்பெயர்ச்சி என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதை நீங்கள் அனுபவித்தால், தோளை மீண்டும் வைக்க உங்களுக்கு அவசர மருத்துவ கவனிப்பு தேவை.

நீங்கள் டெஸ்டோஸ்டிரோன் எடுத்துக் கொண்டால், நோய்த்தொற்றின் அறிகுறிகளை நீங்கள் கவனிக்கலாம் அல்லது எதிர்பார்த்ததை விட விரைவாக மற்றொரு அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படலாம். உங்களுக்கு பலவீனமான எலும்புகள் இருந்தால், உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உட்செலுத்துதலைத் தடுக்க உதவும் மருந்தை பரிந்துரைக்கலாம். இந்த சிகிச்சை இல்லாமல், உட்செலுத்துதல் காலப்போக்கில் தளர்வடையக்கூடும்.

உங்கள் தோள்பட்டைக்கு அதிக சிரமம் தரும் விளையாட்டுகளில் ஈடுபடுகிறீர்களானால், அந்தச் செயல்களுக்குத் திரும்புவது உங்களுக்கு கடினமாக இருக்கலாம். கனமான பொருட்களை தூக்க முயற்சித்தபின் உங்கள் தோள்பட்டை சோர்வடையலாம் அல்லது வலிக்கும்.

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

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

காய்ச்சல், அதிகரிக்கும் சிவத்தல் அல்லது உங்கள் காயத்திலிருந்து வெளியேற்றம் அல்லது திடீரென கடுமையான வலி ஏற்பட்டால் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரை அழைக்கவும். கன்றுக்குட்டி வீக்கம், மூச்சுத் திணறல், உணர்வு இழப்பு அல்லது உங்கள் கையை நகர்த்த முடியாவிட்டால் உடனடியாக அவசர அறைக்குச் செல்லுங்கள். உங்கள் மீட்பைப் பாதுகாக்க இந்த அறிகுறிகளுக்கு அவசர மதிப்பீடு தேவை.