

அருகில் உள்ள வரிசை கார்பெக்டோமி

அருகில் உள்ள வரிசைக் கர்ப்பிணியின் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு, மணிக்கட்டு எலும்புகளின் முதல் வரிசை அகற்றப்பட்டு, தலைமுடி ரேடியஸ்டன் நேரடியாக இணைக்கப்பட்டு, பயனுள்ள இயக்கத்தை பாதுகாக்கிறது.

Muzichick / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0



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

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டது

ஒரு அருகிலுள்ள வரிசை கார்பெக்டோமி என்பது ஒரு மணிக்கட்டு அறுவை சிகிச்சை ஆகும், அங்கு உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் மணிக்கட்டின் மேல் வரிசையில் உள்ள மூன்று சிறிய எலும்புகளை நீக்குகிறார். இது மீதமுள்ள பெரிய எலும்புக்கும் உங்கள் முன்கை எலும்புக்கும் இடையில் ஒரு புதிய மூட்டு உருவாக்குகிறது. அறுவை சிகிச்சை அல்லாத விருப்பங்கள் உங்களுக்கு போதுமான முன்னேற்றத்தை அளிக்கவில்லை என்றால் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் இதை பரிந்துரைக்கலாம். இது பொதுவாக கீன்பாக்ஸ் நோய் அல்லது லிகாமென்ட் கண்ணீர் போன்ற குறிப்பிட்ட உடைப்பு மற்றும் கண்ணீர் வடிவங்களைக் கொண்ட நோயாளிகளுக்கு வழங்கப்படுகிறது.

இந்த நடைமுறை உங்கள் மணிக்கட்டு இயக்கத்தை பாதுகாக்கும் போது வலி இல்லாத செயல்பாட்டை வழங்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. குறிப்பாக முப்பத்தைந்து வயதுக்கு மேற்பட்ட நோயாளிகளுக்கு, நீண்ட கால வலி நிவாரணத்திற்கும் திருப்திகரமான பிடியின் வலிமைக்கும் இது ஒரு நம்பகமான விருப்பம் என்பதை சான்றுகள் காட்டுகின்றன. இது பல எலும்புகளை ஒன்றாக இணைப்பதில் தொடர்புடைய கடினத்தன்மையைத் தவிர்க்கிறது. சில சந்தர்ப்பங்களில் இணைப்பதை விட சற்று பலவீனமான மணிக்கட்டுக்கு இது வழிவகுக்கும் என்றாலும், இது சிறந்த நெகிழ்வுத்தன்மையை வழங்குகிறது. வலி நிவாரணத்திற்கும் இயக்கத்திற்கும் இந்த சமநிலை உங்கள் குறிப்பிட்ட மணிக்கட்டு நிலைக்கு சிறந்த பாதையாகும் என்று உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் நம்புகிறார்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு எட்டு மணிநேரம் நோன்பு இருக்கவும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை வழங்கிய பின்னரே இரத்தக் கரைப்பான்களை உட்கொள்வதை நிறுத்துங்கள். நீங்கள் சொந்தமாக வாகனம் ஓட்ட முடியாது என்பதால் வீட்டிற்கு ஒரு பயணத்தை ஏற்பாடு செய்யுங்கள். தற்போதைய அனைத்து மருந்துகளின் பட்டியலையும் கொண்டு வாருங்கள், வசதியான, தளர்வான ஆடைகளை அணியுங்கள். எக்ஸ்-ரே, எம்ஆர்ஐ ஸ்கேன் மற்றும் இரத்தப் பணி போன்ற அறுவை சிகிச்சை முன் சோதனைகள் உங்களுக்குத் தேவைப்படும். இந்த சோதனைகள் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் மணிக்கட்டு எலும்புகளை தெளிவாகக் காணவும், உங்கள் உடல் மயக்கத்திற்கு தயாராக இருப்பதை உறுதிப்படுத்தவும் உதவுகின்றன. வலி கட்டுப்பாட்டு விருப்பங்களைப் பற்றி விவாதிக்க ஒரு மயக்க பரிசோதனை திட்டமிடப்படலாம். செயல்முறையை பாதுகாப்பாகவும் சீராகவும் வைத்திருக்க உங்கள் பராமரிப்புக் குழுவின் அனைத்து வழிமுறைகளையும் கவனமாகப் பின்பற்றவும்.

அன்று

நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வந்து செவிலியர் குழுவுடன் சரிபார்க்கப்படுவீர்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் விவரங்களை உறுதிப்படுத்த உங்களைப் பார்வையிடுவார். பின்னர் நீங்கள் உங்கள் மயக்க மருத்துவரை சந்திப்பீர்கள். இந்த அறுவை சிகிச்சை பொது மயக்க மருந்தின் கீழ் செய்யப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய வலி நிவாரணத்திற்காக ஒரு பிராந்திய நரம்புத் தடுப்பு சில நேரங்களில் சேர்க்கப்படுகிறது. மயக்க மருத்துவர் இதை நாள் முழுவதும் உங்களுடன் விவாதிப்பார்.

நீங்கள் அறுவை சிகிச்சை அறைக்கு கொண்டு செல்லப்படுவீர்கள். நீங்கள் செயல்பாட்டின் போது தூங்குவீர்கள். பின்னர், நீங்கள் மீட்பு பகுதியில் எழுந்திருப்பீர்கள். உங்கள் ஆறுதல் மற்றும் முக்கிய அறிகுறிகளை குழு கண்காணிக்கும். உங்கள் பராமரிப்பு திட்டத்தைப் பொறுத்து, ஒரு வார்டுக்கு மாறுவதற்கு முன்பு அல்லது வீட்டிற்குச் செல்வதற்கு முன்பு நீங்கள் சிறிது நேரம் ஓய்வெடுக்க எதிர்பார்க்கலாம்.

அறுவை சிகிச்சையின் உள்ளடக்கம்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் மணிக்கட்டின் மேல் வரிசையில் உள்ள மூன்று சிறிய எலும்புகளை நீக்குகிறார். இந்த நடைமுறை அருகிலுள்ள வரிசை கார்பெக்டோமி என்று அழைக்கப்படுகிறது. இது ஒரு இயக்கம்-பாதுகாக்கும் அறுவை சிகிச்சை ஆகும். இது உங்கள் மணிக்கட்டு நெகிழ்வாக இருக்கும்போது வலியைக் குறைக்க வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்த அறுவை சிகிச்சை உங்கள் மணிக்கட்டின் பின்புறத்தில் (முதுகில்) ஒரு வெட்டு மூலம் அல்லது கீஹோல் அறுவை சிகிச்சை மூலம் செய்யப்படலாம். கீஹோல் அறுவை சிகிச்சை சிறிய வெட்டுக்கள் மற்றும் ஒரு கேமராவைப் பயன்படுத்துகிறது. இந்த அணுகுமுறை திறந்த நடைமுறையுடன் ஒப்பிடும்போது மணிக்கட்டின் விரைவான அணிதிரட்டலை

அனுமதிக்கிறது. மணிக்கட்டின் பின்புறத்தில் திறந்த அணுகுமுறை மணிக்கட்டு இயக்கத்தின் நல்ல மீட்டபுன் ஆரம்பகால மறுவாழ்வை அனுமதிக்கிறது.

கையில், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் ஸ்காஃபோய்டு, லூனட் மற்றும் ட்ரிக்வேட்ரம் எலும்புகளை அகற்றுகிறார். இது உங்கள் மணிக்கட்டு எவ்வாறு நகர்கிறது என்பதை மாற்றுகிறது. அனைத்து இயக்கங்களுக்கும் அருகிலுள்ள வரிசை கார்பெக்டோமியாவுக்குப் பிறகு சராசரி பைவோட் புள்ளி 6.8 முதல் 9.1 மிமீ வரை அருகில் நகர்கிறது. இந்த மாற்றம் மீதமுள்ள மூட்டுகளில் சக்தியை வித்தியாசமாக விநியோகிக்க உதவுகிறது.

எலும்புகள் அகற்றப்பட்ட பிறகு, உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் வெட்டு மூடிவிடுவார். அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்களுக்கு அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய இயலாமை தேவையில்லை. இதன் பொருள் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு விரைவில் உங்கள் மணிக்கட்டை நகர்த்தத் தொடங்கலாம், அது இன்னும் நிற்காமல் ஒரு நடிப்பு அல்லது அடுக்கு இல்லாமல்.

இந்த நடைமுறை பெரும்பாலும் கீன்போக் நோய் அல்லது ஸ்காஃபோலூனட் பிரிவினை போன்ற நிலைகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. சில சந்தர்ப்பங்களில், நிலையான ஸ்காஃபோலூனட் பிரிவினை போன்றவை, மணிக்கட்டு கடினமாகி பலவீனமடையக்கூடும். இருப்பினும், பல நோயாளிகளுக்கு, இது எலும்புகளை ஒன்றாக இணைக்காமல் செயல்பாட்டை பராமரிக்க நம்பகமான வழியை வழங்குகிறது.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

நீங்கள் மீட்டப் பிரிவில் எழுந்திருப்பீர்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் நிலையான முறைகளைப் பயன்படுத்தி உங்கள் வலியை நிர்வகிப்பார். முதல் 24 மணிநேரங்களுக்கு யாராவது உங்களுடன் தங்க வேண்டும். இந்த அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஒரு இரவு மருத்துவமனையில் தங்கியிருக்கிறார்கள், இருப்பினும் சிலர் அதே நாளில் வீட்டிற்குச் செல்ல முடியும். நீங்கள் ஒரு பிணைப்பு மற்றும் மணிக்கட்டு அடுக்கு அணிய வேண்டும். அடுக்கு வழக்கமாக முதல் இரண்டு வாரங்களுக்கு அணியப்படுகிறது, பின்னர் மணிக்கட்டு இயக்கத்தை மீட்டெடுக்க உதவும் மென்மையான இயக்கத்துடன் கை சிகிச்சை தொடங்குகிறது. உங்கள் காயத்தை சுத்தமாகவும் உலர்ந்ததாகவும் வைத்திருங்கள். சிவப்பு அல்லது வீக்கம் போன்ற தொற்று அறிகுறிகளைக் கவனியுங்கள். மேல் கால அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு வாகனம் ஓட்டுவது குறித்து உங்களுக்கு கேள்விகள் இருந்தால், எங்கள் வழிகாட்டியைப் பார்க்கவும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் பராமரிப்புத் திட்டத்திற்கான குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை உங்களுக்கு வழங்குவார்.

மீட்டப்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு சில வலி மற்றும் வீக்கத்தை நீங்கள் உணரலாம். உங்கள் மணிக்கட்டு குணமடையத் தொடங்கும் போது இது இயல்பானது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் வீக்கத்தைக் குறைக்க உதவும் வகையில் உங்கள் கையை உயர்த்தி

வைக்க பரிந்துரைக்கலாம். பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஆரம்ப அழற்சி குறையும் போது அசைவகரியம் கணிசமாகக் குறைகிறது என்பதைக் காண்கிறார்கள். இந்த நடைமுறைக்குப் பிறகு அசைவுக்காக நீங்கள் ஒரு மடிப்பு அல்லது பிராஸ் அணியத் தேவையில்லை. இது மற்ற அறுவை சிகிச்சைகளை விட உங்கள் மணிக்கட்டியை விரைவாக நகர்த்தத் தொடங்க உங்களை அனுமதிக்கிறது.

இயக்கம் மீட்டெடுப்பதற்காக உங்கள் பிசியோதெரபிஸ்ட்டுடன் மென்மையான பயிற்சிகளைத் தொடங்குவீர்கள். நீங்கள் ஒரு சிறிய கேமரா வெட்டு (ஆர்த்ரோஸ்கோபிக்) மூலம் நடைமுறையை மேற்கொண்டால், திறந்த அறுவை சிகிச்சையை விட உங்கள் மணிக்கட்டை வேகமாக நகர்த்த முடியும். மணிக்கட்டின் பின்புறத்தில் திறந்த அணுகுமுறையுடன், நீங்கள் மணிக்கட்டு இயக்கத்தின் நல்ல மீட்பையும் எதிர்பார்க்கலாம். இந்த ஆரம்ப இயக்கங்கள் கடினத்தன்மையைத் தடுக்கவும், உங்கள் மூட்டுகளை நெகிழ்வாக வைத்திருக்கவும் உதவுகின்றன. நீங்கள் இயக்கம் வரம்பை மீட்டெடுக்கும்போது படிப்படியாக வலிமையை வளர்த்துக் கொள்வீர்கள்.

தினசரி செயல்பாடுகள் மெதுவாக திரும்பும். கனமான பிடியைத் தேவையில்லாத எளிய பணிகளுடன் நீங்கள் தொடங்குவீர்கள். உங்கள் பிடியின் வலிமை மேம்படும்போது, அதிக தேவைப்படும் நடவடிக்கைகளுக்கு நீங்கள் திரும்பலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் சக்கரத்தை பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கவும் விரைவாக செயல்படவும் முடிந்தவுடன் உங்களை ஓட்டுவதற்கு அனுமதிப்பார். உலகளாவிய பாதுகாப்பு விதிகளுக்காக மேல் கால அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு வாகனம் ஓட்டுவதற்கான எங்கள் வழிகாட்டியை நீங்கள் சரிபார்க்கலாம். உங்கள் காலவரிசை வேறுபடலாம்; உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மற்றும் பிசியோ ஒவ்வொரு அடியிலும் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார்.

என்ன தவறு நடக்கலாம்

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

உங்கள் மணிக்கட்டு முன்னெப்போதையும் விட இறுக்கமாகவும் பலவீனமாகவும் இருப்பதை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இது மணிக்கட்டில் உள்ள இரண்டு சிறிய எலும்புகளுக்கு இடையில் பிளவுபட்ட லிங்கமெண்டிற்காக இந்த நடைமுறை செய்யப்படும்போது பொதுவானது. உங்கள் மணிக்கட்டு முன்பு போல சுதந்திரமாக நகராது, ஆனால் நீங்கள் நல்ல இயக்கத்தை மீண்டும் பெறுவீர்கள்.

சில சந்தர்ப்பங்களில், உங்கள் மணிக்கட்டின் நடுவில் உள்ள எலும்புகள் காலப்போக்கில் மெதுவாக உடைந்து போகக்கூடும். நீங்கள் வலியை உணராவிட்டாலும் இது நிகழலாம். பின்னர் ஒரு சோதனை வரை இந்த மாற்றத்தை நீங்கள் கவனிக்காமல் இருக்கலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் மீட்பு வருகைகளின் போது இதை கவனிப்பார்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்கள் மணிக்கட்டை ஒரு அறுவை சிகிச்சையில் வைக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. இது விரைவாக நகர்த்தத் தொடங்க உங்களை அனுமதிக்கிறது.

சில நோயாளிகள் சிறிய விரலுக்கு அருகிலுள்ள மணிக்கட்டின் பக்கத்தில் நீடித்த வலியை அனுபவிக்கிறார்கள். இது பிஸிஃபார்ம் எலும்பு மற்ற கட்டமைப்புகளுடன் தேய்க்கப்படுவதால் ஏற்படலாம். இந்த ஆழமான, வலிக்கும் வலியை நீங்கள் உணர்ந்தால், அது போகவில்லை என்றால், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரிடம் சொல்லுங்கள். எலும்பு மோதல் இருப்பதை அவர்கள் சரிபார்க்கலாம்.

உங்கள் மணிக்கட்டில் எடை மாற்றும் முறை அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு மாறக்கூடும். உங்கள் மணிக்கட்டில் உள்ள முக்கிய மூட்டு வழக்கத்தை விட அதிக சமை எடுக்கக்கூடும். இது மீதமுள்ள எலும்புகளுக்கு அதிக அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தும். கனமான பயன்பாட்டின் போது இது பொது வலி அல்லது சோர்வு என நீங்கள் உணரலாம்.

மற்ற அறுவை சிகிச்சைகளுடன் ஒப்பிடும்போது உங்கள் மணிக்கட்டில் சிறந்த வளைவு மற்றும் நேரான இயக்கம் இருக்கலாம் என்றாலும், உங்கள் கையை வெளிப்புறமாக (ரேடியல் விலகல்) திருப்புகையில் உங்களுக்கு குறைந்த வலிமை இருக்கலாம். உங்கள் மற்ற கையை விட குறைவான சக்தியுடன் நீங்கள் பிடிக்கலாம். இது இயக்கம் பாதுகாக்க ஒரு அறியப்பட்ட வர்த்தகம் ஆகும்.

ஒட்டுமொத்தமாக, நான்கு எலும்புகளை ஒன்றாக இணைப்பதை விட இந்த நடைமுறையில் சிக்கல்களின் ஆபத்து குறைவாக உள்ளது. இருப்பினும், இந்த சாத்தியமான மாற்றங்களைப் பற்றி நீங்கள் இன்னும் அறிந்திருக்க வேண்டும். இந்த பக்கத்தில் உள்ள சிக்கல்கள் அட்டவணையில் நீங்கள் விவரங்களை விரும்பினால் வழக்கமான விகிதங்களை பட்டியலிடுகிறது.

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

காய்ச்சல், அதிகரிக்கும் சிவத்தல் அல்லது உங்கள் காயத்திலிருந்து வெளியேற்றம் அல்லது திடீரென கடுமையான வலி இருந்தால் எங்களை அழைக்கவும். கன்றுக்குட்டி வீக்கம் அல்லது மூச்சுத் திணறல் இருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால் அவசரநிலைக்குச் செல்லுங்கள். உங்கள் கையில் உணர்வை இழந்துவிட்டால் அல்லது உங்கள் விரல்களை நகர்த்த முடியாவிட்டால் உடனடியாக உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். உங்கள் மீட்பைப் பாதுகாக்க இந்த அறிகுறிகளுக்கு அவசர மதிப்பீடு தேவை.