

Wrist Arthroscopy

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

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டது

மணிக்கட்டு ஆர்த்தோஸ்கோபி என்பது ஒரு கீஹோல் அறுவை சிகிச்சையாகும், அங்கு உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் மணிக்கட்டு மூட்டுக்குள் சிறிய வெட்டுக்கள் மற்றும் ஒரு சிறிய கேமராவைப் பயன்படுத்துகிறார். இந்த அணுகுமுறை மூட்டு மேற்பரப்புகளை துல்லியமாக மதிப்பீடு செய்வதற்கும், நிலையான ஸ்கேன்களில் காட்டப்படாத மென்மையான திசு காயங்களைக் கண்டறிவதற்கும் அனுமதிக்கிறது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இந்த நடைமுறையை பரிந்துரைத்திருக்கலாம், ஏனெனில் உங்களுக்கு தொடர்ச்சியான மணிக்கட்டு வலி உள்ளது, இது ஓய்வு, அடுப்பு அல்லது மருந்து போன்ற அறுவை சிகிச்சை அல்லாத விருப்பங்களுடன் போதுமான அளவு மேம்படவில்லை. இது சிறிய மற்றும் தற்காலிக சிக்கல்களுடன் ஒரு பாதுகாப்பான நடைமுறையாகும், இது ஒரு கண்டறியும் கருவியாகவும், பல மணிக்கட்டு நிலைமைகளுக்கு சிகிச்சையளிக்கும் ஒரு வழியாகவும் செயல்படுகிறது.

முக்கோண ஃபைப்ரோகார்டிலேஜ் சிக்கலான (டி.எஃப்.சி.சி) நோயியல், கார்பல் நிலையற்ற தன்மை அல்லது எலும்பு முறிவு குறைப்பு போன்ற சிக்கல்கள் இருந்தால் நீங்கள் ஒரு வேட்பாளராக இருக்கலாம். சமீபத்திய தொழில்நுட்ப முன்னேற்றங்கள் கடினமான மணிக்கட்டு கோளாறுகளுக்கு மேம்பட்ட சிகிச்சைகளை அனுமதிக்கின்றன. ஆய்வுகளில் பங்கேற்பாளர்கள் ஒரு வருடத்தில் சராசரியாக சுமார் 50% மேம்பட்டிருந்தாலும், பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஒரு வருடத்திற்குப் பிறகு சில வலி மற்றும் இயலாமையைக் கொண்டிருக்கிறார்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரின் முக்கிய நன்மை குறிப்பிடத்தக்க வலி நிவாரணமும் மேம்பட்ட செயல்பாடும் ஆகும், இது தலையீடு இல்லாமல் அடிக்கடி நீடிக்கும் மிதமான அளவிலான வலி மற்றும் இயலாமையை நிர்வகிக்க உதவுகிறது.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு குறைந்தது ஆறு மணிநேரம் நோன்பிருங்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்களுக்கு குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை வழங்கிய பின்னரே இரத்தத்தை மெல்லிய மருந்துகளை உட்கொள்வதை நிறுத்துங்கள். ஒரு நண்பர் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர் உங்களை வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்ல ஏற்பாடு செய்யுங்கள். தற்போதைய அனைத்து மருந்துகளின் முழுமையான பட்டியலையும் கொண்டு வாருங்கள், வசதியான, தளர்வான ஆடைகளை அணியுங்கள். செயல்முறைக்கு முன் உங்களுக்கு எக்ஸ்-கதிர்கள், எம்.ஆர்.ஐ அல்லது இரத்த பரிசோதனைகள் தேவைப்படலாம். இந்த சோதனைகள் உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் மூட்டுக்குள் தெளிவாகப் பார்க்கவும், மயக்கத்திற்கு நீங்கள் பாதுகாப்பாக இருப்பதை உறுதிப்படுத்தவும் உதவுகின்றன. உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்களைப் பயன்படுத்தி மணிக்கட்டு ஆர்த்த்ரோஸ்கோபியைச் செய்வார். ஒரு சிறிய கேமரா அவர்கள் மூட்டுக்குள் பார்க்க அனுமதிக்கிறது. இந்த சாவி துளை அணுகுமுறை திசு சேதத்தை குறைக்கிறது, அதே நேரத்தில் உங்கள் மணிக்கட்டு நிலைக்கு துல்லியமான சிகிச்சையை அனுமதிக்கிறது.

அன்று

நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வந்து செவிலியர் குழுவுடன் சரிபார்க்கப்படுவீர்கள். அவர்கள் உங்கள் அடையாளத்தை உறுதிப்படுத்தி, அறுவை சிகிச்சைக்கு உங்களை தயார்படுத்துவார்கள். பின்னர் உங்கள் மயக்க மருத்துவரை நீங்கள் சந்திப்பீர்கள், அவர் உங்கள் உடல்நல வரலாற்றை மதிப்பாய்வு செய்து, நடைமுறை பற்றி உங்களிடம் ஏதேனும் இறுதி கேள்விகளுக்கு பதிலளிப்பார். இந்த அறுவை சிகிச்சை பொது மயக்க மருந்தின் கீழ் செய்யப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்கு நீங்கள் முழுமையாக தூங்குவீர்கள். சில நோயாளிகளுக்கு அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய வலி நிவாரணத்திற்காக பிராந்திய நரம்புத் தடுப்பும் இருக்கலாம். உங்கள் தனிப்பட்ட சூழ்நிலைகளின் அடிப்படையில் மயக்க மருத்துவர் நாள் குறித்து முடிவு செய்கிறார்.

அறுவை சிகிச்சை முடிந்ததும், நீங்கள் மீட்பு பகுதியில் எழுந்திருப்பீர்கள். நர்ஸ்கள் உங்கள் முக்கிய அறிகுறிகளைக் கண்காணித்து, மயக்க மருந்து தீர்ந்துவிட்டால் உங்கள் வசதியை நிர்வகிப்பார்கள். நீங்கள் நிலையான மற்றும் வீட்டிற்கு அல்லது உங்கள் வார்டுக்கு செல்ல தயாராக இருக்கும் வரை நீங்கள் இங்கே இருப்பீர்கள்.

அறுவை சிகிச்சையின் உள்ளடக்கம்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இந்த நடைமுறையை ஒரு முக்கிய துளை அணுகுமுறையைப் பயன்படுத்தி செய்கிறார். இதன் பொருள் அவர்கள் உங்கள் மணிக்கட்டில் இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்களை அல்லது வெட்டுக்களைச் செய்கிறார்கள். இந்த சிறிய துளைகள் வழியாக, உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் ஒரு

சிறிய கேமராவையும் சிறப்பு கருவிகளையும் மூட்டுக்குள் செருகுகிறார். இது பெரிய வெட்டு செய்யாமல் உங்கள் மணிக்கட்டின் உள்ளே தெளிவாகப் பார்க்க அனுமதிக்கிறது.

ஒரு தெளிவான பார்வை பெற, உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் இடுப்பை மெதுவாக நீட்டிக்க இழுவைப் பயன்படுத்துகிறார். இது மணிக்கட்டில் உள்ள இடத்தை உருவாக்குகிறது, இதனால் கேமரா மற்றும் கருவிகள் சுதந்திரமாக நகர்த்த முடியும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் எலும்புகளின் உள் மேற்பரப்புகளை ஆராய்ந்து மென்மையான திசு காயங்கள் ஏதேனும் இருக்கிறதா என்று சரிபார்க்கிறார். மற்ற சோதனைகளில் காணப்படாமல் போகக்கூடிய சிக்கல்களைக் கண்டறிய இந்த முறை மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் கண்டறிந்ததைப் பொறுத்து, அவர்கள் பல குறிப்பிட்ட நிலைமைகளுக்கு சிகிச்சையளிக்கலாம். அவர்கள் உங்கள் மணிக்கட்டு எலும்புகளை ஒன்றாக இணைக்கும் இழைகளில் கண்ணீரை சரிசெய்யலாம். அவர்கள் மணிக்கட்டு முதுகெலும்பை சந்திக்கும் மூட்டுவில் உள்ள உறுதியற்ற தன்மையை சரிசெய்யலாம். உங்களுக்கு எலும்பு முறிவு இருந்தால், உடைந்த எலும்பு துண்டுகளை துல்லியமாக சீரமைக்க உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் கேமராவைப் பயன்படுத்தலாம். சில சந்தர்ப்பங்களில், அவர்கள் சேதமடைந்த திசுக்களை அகற்றலாம் அல்லது மூட்டுக்குள் கரடுமுரடான மேற்பரப்புகளை மென்மையாக்கலாம்.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை முடிந்ததும், உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் சிறிய வெட்டுக்களை மூடிவிடுவார். குணமடையும் போது அவற்றை சுத்தமாக வைத்திருக்க அவர்கள் ஒரு பிளாஸ்டிக் வைப்பார்கள்.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

இது பொதுவாக ஒரு நாள் வழக்கு, எனவே நீங்கள் அதே நாளில் வீட்டிற்குச் செல்ல எதிர்பார்க்கலாம், இருப்பினும் எப்போதாவது நோயாளிகள் இரவு முழுவதும் தங்கியிருக்கிறார்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்கள் மற்றும் ஒரு சிறிய கேமராவை மூட்டுக்குள் பயன்படுத்துகிறார். நீங்கள் ஒரு பிணைப்பு மற்றும் ஒரு அடுக்குடன் மீட்பு வார்டில் எழுந்திருப்பீர்கள். வீக்கத்தைக் குறைக்க உங்கள் கையை உயர்த்தி வைத்திருங்கள். முதல் 24 மணிநேரங்களுக்கு யாராவது உங்களுடன் இருக்க வேண்டும். ஒரு அடுக்குடன் இருக்கும்போது வாகனம் ஓட்ட வேண்டாம். இந்த மணிக்கட்டு நடைமுறைக்கு நோயாளிகள் பொதுவாக இரண்டு முதல் மூன்று வாரங்களுக்குள் வாகனம் ஓட்டுவதற்குத் திரும்புவார்கள், எந்தவொரு பிந்தைய அடுக்குகளும் அகற்றப்பட்டு, அவர்கள் சக்கரத்தை வசதியாக வைத்திருக்க முடியும். **மேல் கால் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு வாகனம் ஓட்டுதல்** மேலும் விவரங்களுக்கு.

மீட்பு

முதல் சில நாட்களில் சில வீக்கம் மற்றும் வலியை நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம். கீஹோல் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு இது இயல்பானது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர்

குறைவாக உள்ளது. இருப்பினும், ஒரு நரம்பை தற்செயலாகத் தாக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது. மிகவும் பொதுவான நரம்பு பின்புற எலும்பு நரம்பு ஆகும். இந்த நரம்பு உங்கள் முதுகெலும்பு மற்றும் கையின் பின்புறத்தில் செல்கிறது. அது எரிச்சலடைந்தால், உங்கள் கையில் அல்லது விரல்களில் மயக்கம், மயக்கம் அல்லது பலவீனத்தை நீங்கள் உணரலாம். உங்கள் மணிக்கட்டை நகர்த்தும்போது ஒரு விசித்திரமான கிளிக் அல்லது அரைக்கும் உணர்வை நீங்கள் கவனிக்கலாம். அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு புதிய மயக்கம் அல்லது பலவீனத்தை நீங்கள் உணர்ந்தால், உடனடியாக கிளினியை அழைக்கவும். உங்கள் அடுத்த சந்திப்புக்காக காத்த

சில நிபுணர்கள், கடந்த காலங்களில் தெரிவிக்கப்பட்டதைவிட சிக்கல்களின் உண்மையான எண்ணிக்கை அதிகமாக இருக்கலாம் என்று நம்புகிறார்கள். இதன் பொருள், உங்கள் மணிக்கட்டு எவ்வாறு உணர்கிறது அல்லது நகர்கிறது என்பதில் ஏதேனும் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டால் நீங்கள் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும் என்பதாகும்.

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

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

காய்ச்சல், அதிகரிக்கும் சிவப்பு அல்லது உங்கள் காயங்களிலிருந்து வெளியேற்றம் அல்லது திடீரென கடுமையான வலி இருந்தால் எங்களை அழைக்கவும். நீங்கள் கன்றுக்குட்டி வீக்கம் அல்லது மூச்சுத் திணறல் ஆகியவற்றை கவனித்தால் அவசரநிலைக்குச் செல்லுங்கள். உங்கள் கையில் உணர்வை இழந்துவிட்டால் அல்லது உங்கள் உறுப்பை நகர்த்த முடியாவிட்டால் உடனடியாக அழைக்கவும். இந்த அறிகுறிகளுக்கு உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளரால் அவசரமாக மதிப்பீடு தேவை.