

ایچکلس ٹینڈون کی مرمت

اس صفحے کا ترجمہ مشین سے کیا گیا ہے اور ابھی تک کسی ڈاکٹر نے اس کی جانچ نہیں کی۔ انگریزی نسخہ ہی مستند ہے۔

اس آپریشن کی تجویز کیوں کی گئی ہے

ڈاکٹر کیران ہیر پارا، میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیملٹن میں اوپری ٹانگوں کے سرجن، آپ کی مخصوص چوٹ کے مطابق علاج کرتے ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے جی پی کے ذریعہ ہمارے کلینک کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ اگر کسی فزوتھراپسٹ نے آپ کو ہمارے پاس آنے کی تجویز دی ہے تو، آپ کو میڈیکلر چھوٹ کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ آپ کی تقرری پر ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کا معائنہ کرتے ہیں اور اسکلین کا بندوبست کرتے ہیں جہاں تشخیص کی تصدیق کے لئے ان کی ضرورت ہوتی ہے۔

ایچکلس ٹینڈون آپ کے ٹخنوں کے پیچھے کی مضبوط ہڈی ہے جو آپ کو چلنے یا دوڑنے کے دوران آگے بڑھنے کی اجازت دیتی ہے۔ جب یہ مکمل طور پر پھٹ جاتا ہے، تو یہ آپریشن دوبھٹے ہوئے سروں کو ایک ساتھ دوبارہ جوڑتا ہے۔ ایک حالیہ آنسو کے لئے، سرجری فوری طور پر سفارش کی جاسکتی ہے، پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی آزمائش کے بغیر۔ ایک سال کے نتائج کے لئے بریس یا بوٹ میں غیر جراحی علاج سرجری سے کم نہیں ہے، لہذا ہم آپ کے ساتھ دونوں راستوں پر تبادلہ خیال کریں گے۔ کھلی مرمت سے دوبارہ تندور پھٹنے کا امکان کم ہو جاتا ہے، حالانکہ اس میں زخم کے مسائل کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ بنیادی مقصد ایک ٹینڈنٹ ہے جو تھامے گا، تاکہ آپ وزن برداشت کر سکیں اور اپنی معمول کی سرگرمیوں میں واپس آسکیں۔

آپریشن سے پہلے

آپریشن سے پہلے کے دنوں میں، تیاری کی ہدایات پر عمل کریں جو ہم آپ کو دیتے ہیں۔ آپ کو آپریشن سے سات گھنٹے پہلے کھانا اور پینا بند کرنا ہوگا۔ ہم سات گھنٹے کے لئے پوچھیں تاکہ آپ کو آگے لایا جاسکتا ہے تو تھیر کی فہرست ابتدائی چلتا ہے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کو بتائے گا کہ آپ کو کون سی ادویات لینے سے روکنا ہے اور کب روکنا ہے۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست لے کر آئیں، اور اس کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لئے کسی کا بندوبست کریں۔ آرام دہ اور پرسکون لباس پہنیں۔ آپریشن کی منصوبہ بندی کے لئے ایک ایکس رے، الٹراساؤنڈ یا ایم آر آئی جیسے اسکلین کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو آپریشن سے پہلے خون کے ٹیسٹ یا بیہوشی کے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اس دن

آپ ہسپتال کے سرجیکل داخلہ یونٹ میں پہنچتے ہیں، جہاں آپ کا چیک ان کیا جاتا ہے اور آپ کو تھیر کے لئے تیار کیا جاتا ہے۔ اس کے بعد آپ بیہوش کرنے والے ڈاکٹر سے ملیں گے جو آپ کو نیند میں ڈالے گا اور آپ کے درد کی دیکھ بھال کرے گا۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیذا کے

تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے کبھی کبھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹھیسیٹ اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ پھر آپ کو آپریشن تھیٹر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

جب آپریشن ختم ہو جاتا ہے، آپ بحالی کے علاقے میں اٹھتے ہیں۔ نرسیں آپ کے ساتھ رہیں گے جب تک کہ اینسٹھیسیٹ ختم نہ ہو جائے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جائیں تو، آپ یا تو کسی وارڈ میں جاتے ہیں یا گھر جاتے ہیں، اس پر منحصر ہے کہ آپ کا طریقہ کار اور آپ کی بحالی کیسے چل رہی ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

آپ کے ٹخنوں کے پچھلے حصے میں ایک نل ٹینڈون ایک مضبوط رسی ہے۔ جب یہ پھٹ جاتا ہے تو اس کے دونوں سروں کو رسی کی طرح الگ کر دیا جاتا ہے۔ یہ آپریشن ان دونوں سروں کو ایک ساتھ جوڑتا ہے۔

آپ کا سرجن آپ کے ٹخن کے پچھلے حصے میں تندور پر ایک چھوٹا سا کٹ کر دیتا ہے۔ کم سے کم جارحانہ مرمت میں، کٹ چھوٹا ہوتا ہے، اور سلائیوں کو جلد کے ذریعے منقل کیا جاتا ہے جس میں ٹینڈون شیٹ کا بہت کم یا کوئی افتتاح نہیں ہوتا ہے۔ سرجن ایک پتلی کیرے کا استعمال کر کے چیک کر سکتا ہے کہ پھاڑے ہوئے سروں کو صحیح طریقے سے جوڑا گیا ہے۔ مضبوط سلائی اوپر کی صحت مند تندون اور پیچے کی ٹخن کی ہڈی کے درمیان فرق کو ختم کرتی ہے، جب وہ شفا پاتے ہیں تو سروں کو ایک ساتھ رکھتی ہے۔

ایک بار جب تندور کے سروں کو جوڑ دیا جاتا ہے، سلائی بند کر دی جاتی ہیں اور کٹ سلائی اور ڈریسنگ کے ساتھ بند کر دی جاتی ہے۔ آپ کو آپ کے ٹخنوں کے ساتھ ایک حفاظتی پوزیشن میں ٹھیٹر چھوڑ دیں گے تاکہ مرمت کشیدگی نہیں ہے۔

کچھ مرمتیں ایک ایسی تکنیک کا استعمال کرتی ہیں جو آپ کو روایتی کھلی مرمت سے پہلے پاؤں پر وزن ڈالنے دیتی ہے۔ آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ آپ کے لئے کون سا طریقہ کار طے کیا گیا ہے اور کیوں۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں نرسوں کے ساتھ قریب میں جاگ جائے گا جبکہ اینسٹھیسیٹ ختم ہو جاتا ہے۔ آپ کے ٹخنوں کو پٹی میں باندھ دیا جائے گا اور حفاظتی پوزیشن میں آرام کیا جائے گا تاکہ مرمت پر زور نہ ڈالا جائے۔ ہم آپ کو آرام دہ رکھنے کے لئے درد سے نجات دلائیں گے، اور ہم آپ کے جانے سے پہلے پاؤں کی خون کی فراہمی، احساس اور نقل و حرکت کی جانچ کریں گے۔ گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لیے کوئی آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات اسپتال میں رہیں گے۔ پہلے دو ہفتوں کے لئے، آپ کا وزن پاؤں سے دور رکھیں جب تک کہ آپ کی ٹیم آپ کو دوسری صورت میں نہ بتائے۔ ہم تقریباً 10 دن تک پانسنگ لگا کر رکھتے ہیں۔ براہ کرم اس سے پہلے اسے نہ اتاریں جب تک کہ ہم آپ کو ایسا نہ کہیں۔ جب ہم آپ کو دیکھیں گے تو ہم اسے تبدیل یا ہٹا دیں گے۔

وصولی

پہلے چند دنوں میں آپ کی ٹخنوں میں درد اور سوجن ہوگی۔ درد سے نجات بہ آرام دہ اور پرسکون رکھتا ہے، اور آپ کے پاؤں کے ساتھ آرام سے سوجن کو حل کرنے میں مدد ملتی ہے۔ ٹخنوں کے ارد گرد اور پاؤں میں کچھ نقاب آنا معمول ہے اور وقت کے ساتھ ساتھ ختم ہو جاتا ہے۔

آپ کو ہسپتال چھوڑ دیں گے آپ کے ٹخنوں ایک حفاظتی پوزیشن میں آرام تاکہ مرمت کشیدگی نہیں ہے۔ پہلے دو ہفتوں کے لئے، آپ کا وزن پاؤں سے دور رکھیں جب تک کہ آپ کی ٹیم آپ کو دوسری صورت میں نہ بتائے۔ ہم دس دن تک پٹی لگا کر چھوڑتے ہیں اور جب ہم آپ سے ملنے میں تو اسے بدل دیتے ہیں یا ہٹاتے ہیں۔ اس کے بعد، آپ کے فزیوتھیراپسٹ آپ کو نرم ٹخنوں کی نقل و حرکت کے ذریعے رہنمائی کریں گے۔ آپ اپنے پاؤں کو آزادانہ طور پر پیچے کی طرف اشارہ کر کے شروع کریں گے، جبکہ اسے بہت زیادہ موڑنے سے روکیں گے۔ صحت

یاب ہونے کے ساتھ ساتھ آپ کے پاؤں پر وزن بڑھ جائے گا اور آپ مزید چلنے لگیں گے۔ آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ آپ کے لئے کیا منصوبہ بنایا گیا ہے۔

روزانہ، آپ کو سیڑھیاں، خریداری اور شاورنگ کے ساتھ مدد کی ضرورت ہوگی۔ آپ کی پیٹھ پر سونے کے ساتھ آپ کے پاؤں اٹھایا اکثر زیادہ آرام دہ ہے۔ آپ عام طور پر ڈیسک کے کام اور روزمرہ کے معمولات میں واپس جاسکتے ہیں جیسا کہ آپ کی نقل و حرکت اور آرام کی اجازت دیتا ہے، اور ایک بار جب آپ کی طاقت اور توازن واپس آجاتا ہے تو ٹھیل میں واپس تعمیر کریں۔ بہت سے لوگ کم سے کم جارحانہ مرمت کے بعد تقریباً چار ماہ کے بعد ٹھیل میں واپس آتے ہیں۔

صحت یابی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے۔ آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے، اور آپ کا سرجن اور فیزیوتھراپسٹ آپ کو ہر قدم پر رہنمائی کریں گے۔

کیا غلط ہو سکتا ہے

زیادہ تر مریضوں کی حالت ٹھیک ہوتی ہے، لیکن کبھی کبھار مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ آپ کا سرجن اور ٹیم آپ کو قریب سے مانیٹر کرتی ہے تاکہ کسی بھی مسئلے کا جلد پتہ چل سکے۔

زخم کے مسائل ہیں جو دیکھنے کے لئے ہیں۔ اچیلس ٹینڈون کے اوپر کی جلد میں خون کی فراہمی بہت کم ہوتی ہے، اس لیے کٹائی کو ٹھیک ہونے میں دیر ہو سکتی ہے یا کنارے ٹوٹ سکتے ہیں۔ زخم سے باہر پھیلنے والی لالچ، بہاؤ یا بہاؤ، بڑھتی ہوئی درد، یا بخار کے لئے دیکھو۔ اگر آپ کو ان میں سے کوئی بھی نظر آئے تو اگلے دورے کا انتظار کرنے کے بجائے کلینک کو کال کریں۔ ذیابیطس اور تمباکو نوشی سمیت کچھ صحت کی حالتیں زخموں کے مسائل کا امکان بڑھاتی ہیں، لہذا ہم آپ کے ساتھ آپریشن سے پہلے اپنے خطرات کے بارے میں بات کریں گے۔

انفیکشن زخم میں یا ٹینڈون کے ارد گرد گہری ترقی کر سکتا ہے۔ یہ عام طور پر ایک گہرے، دھڑکتے ہوئے درد کی طرح محسوس ہوتا ہے جو گرمی، سوجن اور لالچ کے ساتھ سادہ درد سے نجات نہیں پاتا ہے۔ یہ بخار یا عام طور پر بیمار محسوس کرنے کے ساتھ آسکتا ہے۔ گہری انفیکشن کو فوری علاج کی ضرورت ہوتی ہے، لہذا اسی دن کلینک سے رابطہ کریں، یا اگر آپ ہم سے رابطہ نہیں کر سکتے ہیں تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

سلائیوں سے ٹینڈون کے سروں کو ایک ساتھ رکھا جاتا ہے جبکہ وہ شفا پاتے ہیں، اور ٹینڈون مکمل طور پر مضبوط ہونے سے پہلے دوبارہ پھاڑ سکتا ہے۔ یہ عام طور پر اچانک دھکا، ٹھوکر یا گرنے کے ساتھ ہوتا ہے۔ آپ کو اپنے ٹخنوں کے پچھلے حصے میں ایک تیز چوٹ یا دھچکا محسوس ہوگا، جس کے ساتھ اچانک کمزوری اور دباؤ ڈالنے میں دشواری ہوگی۔ اگر ایسا ہوتا ہے، تو فوری طور پر کلینک سے رابطہ کریں یا ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

ٹخن کے باہر سے گزرنے والی اعصاب کی مرمت کے دوران جلن ہو سکتی ہے۔ یہ آپ کے پاؤں کے ہر ذی numbness، tingling یا جلنے کا احساس پیدا کر سکتا ہے۔ آپ کے اگلے جائزہ میں اس کا ذکر کریں، یا اگر یہ شدید ہے تو جلد کال کریں۔

اس چوٹ اور سرجری کے بعد پچھڑے کی گہری رگوں میں خون کے جمنے کی تشکیل ہو سکتی ہے۔ انتباہی علامات میں اچانک سوجن، پاؤں میں نرمی یا بھاری پن، اور سانس کی قلت یا سینے میں درد شامل ہیں اگر کوئی جبرگ پھیپھڑوں میں جاتا ہے۔ سانس کی لمبی پائینے میں درد کا مطلب ہے کہ فوری طور پر ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔ پچھڑے کے علامات کا مطلب ہے کہ فوری طور پر کلینک کو فون کرنا۔

سکارٹشو کبھی کبھی ٹینڈون کو آس پاس کے ٹشو سے چپک سکتا ہے، جس کی وجہ سے حرکت کے ساتھ کلک یا پسینے کا احساس یا سختی پیدا ہوتی ہے۔ آپ کے اگلے جائزہ میں اس کو لے لو۔

اگر آپ تفصیلات چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کی میز عام شرحوں کی فہرست دیتی ہے۔

ہمیں کب کال کریں

اگر آپ کو بخار ہے، یا زخم کے ارد گرد لالی، بہاؤ یا درد خراب ہو رہا ہے تو ہمیں فوراً کال کریں۔ فوری طور پر ہمیں کال کریں اگر آپ کے ہچکھڑے سوجن، نرم یا بھاری ہو جاتا ہے۔ اگر آپ کو سانس لینے میں دشواری ہو یا سینے میں درد ہو، اگر آپ کو اپنے ٹخنوں میں اچانک ٹوٹ پھوٹ کا احساس ہو یا آپ کو کمزوری کا احساس ہو، یا اگر آپ کے پاؤں میں احساس ختم ہو جائے یا آپ اسے حرکت نہ دے سکیں۔ اگر آپ ہم تک نہیں پہنچ سکتے ہیں، ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔