

ستون فریکچر

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۔

آپ کیا محسوس کر رہے ہیں

ایک پاتلون فریکچر آپ کی ٹخن کی ہڈی کے نچلے حصے میں ٹوٹنا ہے، بالکل جہاں یہ ٹخن کا جوڑ بناتا ہے۔ درد آپ کے ٹخنوں اور نیچے کی ٹانگ میں گہرائی میں پیٹھتا ہے، اور یہ عام طور پر مشترکہ کے دونوں اطراف پر درد کرتا ہے، نہ صرف ایک جگہ۔ چونکہ مشترکہ سطح خود ملوث ہے، درد ایک جگہ پر رہنے کے بجائے پوری ٹخنوں میں پھیل جاتا ہے۔

درد عام طور پر بدتر ہے جب آپ اپنے پیروں پر ہیں۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] ٹخنوں کے ارد گرد سوجن عام ہے، اور یہ جلد کو تنگ اور نرم محسوس کر سکتا ہے۔ پاؤں کے ساتھ آرام اکثر چیزوں کو کم کر دیتا ہے۔ بہت سے لوگوں کو یہ محسوس ہوتا ہے کہ جب وہ جاتے ہیں تو ان کی ٹخنوں میں سختی اور درد ہوتا ہے، پھر جب وہ چلتے پھرتے ہیں تو وہ ٹھوڑا سا ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔

روزمرہ کے کام جو مستحکم، درد سے پاک ٹخنوں کی ضرورت رکھتے ہیں مشکل ہو جاتے ہیں۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] ڈرائیونگ تھوڑی دیر کے لئے میز سے باہر ہو سکتا ہے اگر یہ آپ کے دائیں ٹخنوں ہے۔ یہاں تک کہ جوئے پہننا بھی مشکل ہو سکتا ہے جب ٹخن سوجن اور سخت ہو۔

یہ چوٹ آپ کو صرف جسمانی طور پر نہیں ختم کر سکتی۔ درد جو آپ کی روزمرہ کی زندگی کو مہینوں تک محدود کرتا ہے، اور ٹخنوں کی وجہ سے نیند میں دشواری، آپ کے مزاج اور مجموعی طور پر آپ کی فلاح و بہبود کو متاثر کر سکتی ہے۔ یہ ایک سنگین چوٹ کے لئے ایک عام رد عمل ہے، اور یہ آپ کی دیکھ بھال کی ٹیم کے لئے ذکر کرنے کے قابل ہے اگر یہ آپ کے ساتھ ہو رہا ہے۔

ایک اور چیز جاننے کے لئے: یہ ایک چوٹ ہے جہاں تفصیلات اہم ہیں۔ علاج کے بعد ٹوٹی ہوئی ہڈی کے ٹکڑوں کے بیٹھنے کا طریقہ اس بات پر حقیقی اثر ڈالتا ہے کہ بعد میں ٹخنوں کا کام کیسے ہوتا ہے، اور سرجن آپریشن سے پہلے نرم ٹشو اور سوجن کے ارد گرد احتیاط سے منصوبہ بندی کرتے ہیں۔ آپ کا سرجن آپ کے مخصوص فریکچر کے لئے منصوبہ کے ذریعے آپ کو بات کریں گے۔

اصل میں کیا ہو رہا ہے

آپ کے ٹخنوں میں تین ہڈیاں ہوتی ہیں: ٹخن کی ہڈی اوپر اور دو چھوٹی ہڈیاں دونوں طرف جو اسے کلیمپ کی طرح تھام لیتی ہیں۔ ٹخنوں کی ہڈی کا وہ حصہ جو اس لڑھے کی چھت بناتا ہے اسے چھت کہا جاتا ہے۔ ایک ستون ٹوٹنے میں، کہ چھت ٹوٹ جاتا ہے۔ طرقت عام طور پر براہ راست پاؤں کے ذریعے نیچے آتی ہے، جیسے اونچائی سے گرنے یا کار حادثے میں، اور ٹخن کی ہڈی ایک لکڑی کے ٹکڑے میں کیل مارنے والے ہتھوڑے کی طرح ٹخن کی ہڈی میں داخل ہوتی ہے۔ مشترکہ سطح ٹکڑوں میں ٹوٹ جاتا ہے۔

نقصان صرف ہڈی نہیں ہے۔ سوکٹ ہموار غضروف کے ساتھ لیس ہے، پرچی سطح جو مشترکہ سلائڈ کی اجازت دیتا ہے۔ جب ٹوٹنا اس سطح سے گزرتا ہے، تو ٹکڑے غیر مساوی طور پر بیٹھ سکتے ہیں، اور ٹخنوں نے اپنا ہموار راستہ چھو دیا ہے۔ [صفحہ ۳ پر تصویر] [صفحہ ۳ پر تصویر]

انگوٹھے میں ٹشو کی مضبوط پٹیاں بھی ہوتی ہیں جو ہڈیوں کو ایک ساتھ تھامتے ہیں، بشمول اندرونی طرف ایک پٹیاں جو جوڑ کو پھیلنے سے روکتی ہے۔ ایک سخت نیچے کی قوت ان پر بھی دباؤ ڈال سکتی ہے یا انہیں پھاڑ سکتی ہے۔ سرجن ایک ٹخنوں کو دوبارہ سیدھا کرنے سے پہلے کئی

چیزوں کی جانچ کرتے ہیں: دونوں طرف کی ہڈیاں اپنی پوری لمبائی پر واپس آنی چاہئیں، ٹخنوں کی ہڈی بغیر کسی جھکاؤ کے ساکٹ میں مربع ہونی چاہئے، اندرونی طرف کا فرق اپنی معمول کی چوڑائی پر واپس آنا چاہئے، اور دونوں ٹانگ کی ہڈیاں الگ نہیں پھینچی جانی چاہئیں۔

یہاں بھی سوجن کا مسئلہ ہے۔ یہ شدید ہو سکتا ہے، اور سرجری اکثر 5 سے 14 دن تک انتظار کرتی ہے تاکہ یہ کافی حد تک آباد ہو جائے کہ جلد کو بعد میں محفوظ طریقے سے بند کیا جاسکتا ہے۔ سوجن، پھپھوندی والی جلد کے ذریعے جلدی سے داخل ہونے سے زخم کی پریشانی کا خطرہ بڑھ جاتا ہے، اس لیے تاخیر علاج کا منصوبہ بند حصہ ہے، تاخیر نہیں۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

مٹر پرائیویٹ ہسپتال راک ہیمپٹن کے ایک آرٹھوپیڈک سرجن ڈاکٹر کیران ہیرا آپ کی مخصوص چوٹ کے مطابق علاج کرتے ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے جی پی کے ذریعے ہمارے کلینک کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ اگر کسی فزوتھیراپسٹ نے آپ کو ہمارے پاس آنے کی تجویز دی ہے تو، آپ کو میڈیکل چھوٹ کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے رفرل کی ضرورت ہوگی۔ اس پہلے دورے پر ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کی ٹخنوں کا معائنہ کرتے ہیں، اور جہاں ان کی ضرورت ہوتی ہے اسکین کا بندوبست کرتے ہیں۔ چونکہ یہ ایک شدید چوٹ ہے، لہذا غیر جراحی کی دیکھ بھال کے تجربے کے بعد نہیں بلکہ فوری طور پر سرجری کی سفارش کی جاسکتی ہے۔

پہلا قدم اکثر ایک عارضی بیرونی فریم ہے۔ یہ آپ کی ٹانگ کے باہر ایک سہارا ہے جو سوجن ختم ہونے تک ہڈی کو مستحکم رکھتا ہے۔ یہ ٹوٹنے کے ارد گرد نقصان پہنچا نرم ٹشو، جلد اور پٹھوں کی حفاظت کرتا ہے، اور یہ ہڈی پر کسی بھی آپریشن سے پہلے وقت خریدتا ہے۔ سوجن کم ہونے کے لیے 5 سے 14 دن تک انتظار کرنا علاج کا منصوبہ بند حصہ ہے، تاخیر نہیں۔

اسکین منصوبے کی تشکیل کرتے ہیں۔ ایک سی ٹی اسکین ٹوٹے ہوئے ٹکڑوں کی ایک تفصیلی تصویر بناتا ہے، اور ان تصاویر پر آپریشن کی منصوبہ بندی مشترکہ سطح کو ایک ساتھ ڈالنے میں مدد ملتی ہے اور زخم کی دشواری کا موقع کم کرتی ہے۔ جلد تیار ہونے کے بعد، عام آپریشن چھلی کی اور اندرونی تثبیت ہے۔ سادہ الفاظ میں، ہم ٹخنوں کو کھولتے ہیں، ٹوٹے ہوئے مشترکہ سطح کو دوبارہ تعمیر کرتے ہیں، اور ایک پلیٹ اور سکرو کے ساتھ ٹکڑوں کو پکڑتے ہیں۔ ہم جس طریقے کا استعمال کرتے ہیں اس کا انحصار اس بات پر ہوتا ہے کہ آپ کا خاص ٹوٹنا کہاں واقع ہے، اور کچھ نمونوں کو ٹخنوں کے پچھلے یا اندرونی حصے میں incisions کے ذریعے پہنچایا جاتا ہے۔

فریکچر کے لئے جہاں ہڈی کو دوبارہ تعمیر کرنے کے لئے بہت سے ٹکڑوں میں توڑ دیا جاتا ہے، یا جہاں نرم ٹشو محفوظ طریقے سے پلیٹیں کی اجازت نہیں دے گی، وہاں دوسرے اختیارات ہیں۔ ایک بیرونی فریم ایک عارضی ایک کے بجائے بنیادی علاج ہو سکتا ہے۔ شدید چوٹوں کے ایک چھوٹے سے گروپ کے لئے، ٹخنوں کو جوڑنا، ٹخنوں اور ٹخنوں کی ہڈیوں کو ایک ٹھوس بلاک میں جوڑنا، انتخاب ہو سکتا ہے۔ ٹخنوں کے ذریعے ٹخنوں میں ایک چھڑی کچھ مریضوں کے لئے ایک اور اختیار ہے، اور یہ سرجری کے بعد جلد ہی پاؤں پر وزن کی اجازت دے سکتا ہے۔

کھلے فریکچر، جہاں ہڈی جلد کے ذریعے ٹوٹ جاتا ہے، اضافی دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔ ہم زخم کو اچھی طرح سے صاف کرتے ہیں، اینٹی بائیوٹکس استعمال کرتے ہیں، اور اکثر اگلے مرحلے پر جانے سے پہلے بیرونی فریم کے ساتھ شروع کرتے ہیں۔ سرجری کے بعد ابتدائی حرکت کی مشقیں ٹخنوں کی بحالی اور پیچیدگیوں کو کم کرنے میں مدد کرتی ہیں، اور جب وقت آئے گا تو ہم آپ کی رہنمائی کریں گے۔

کیا توقع کریں

ایک ستون کا ٹوٹنا ایک سنگین چوٹ ہے، اور یہ کہنا ایمانداری ہے کہ سڑک طویل ہو سکتی ہے۔ زخمی ہونے کے تین سال بعد بھی کچھ لوگوں کو اپنی صحت اور تندرستی پر اثرات محسوس ہوتے ہیں۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] زیادہ شدید زخموں کا نتیجہ زیادہ خراب ہوتا ہے۔

یہ چوٹ زندگی کے معیار کو متاثر کرتی ہے اس سے قطع نظر کہ کون سا علاج استعمال کیا جاتا ہے، کیونکہ چوٹ خود شدید ہے۔ یہ مایوسی کی کوئی وجہ نہیں ہے، لیکن یہ جاننا ضروری ہے۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ آپریشن سے پہلے احتیاط سے منصوبہ بندی کی جائے، احتیاطی تکنیک اپنائی جائے اور آپریشن سے پہلے سوجن کو آرام کرنے کا وقت دیا جائے۔ جب مشترکہ سطح اچھی طرح سے تعمیر کیا جاتا ہے، ٹخنوں کو آپ کی اچھی طرح سے خدمت کرنے کا ایک اچھا موقع ہے۔ جب ٹکڑے غیر یکساں ٹھٹھتے ہیں، تو ٹخنوں کو بعد میں اس کے لئے ادا کرنا پڑتا ہے۔

اس میں حقیقی خطرات ہیں جن سے آگاہ ہونا چاہیے۔ گہری انفیکشن جس میں مزید سرجری کی ضرورت ہوتی ہے وہ کم تعداد میں ہوتا ہے، تقریباً 6% جب ہڈی مناسب مریضوں میں جلد ملے ہو جاتی ہے۔ زخم کے مسائل اس چوٹ کی پیچیدگی ہیں جس کے لئے جانا جاتا ہے، یہی وجہ ہے کہ آپ کا سرجن احتیاط سے منصوبہ بندی کرتا ہے اور اکثر سوجن کو حل کرنے کا انتظار کرتا ہے کچھ لوگوں کو وقت کے ساتھ ساتھ بخنوں میں آرٹھرائٹس ہو جاتی ہے، اور ہڈی کو تھامنے والی ہارڈ ویئر بھی کبھار ٹوٹ سکتی ہے یا ڈھیلی ہو سکتی ہے۔ اگر آپ کو ذیابیطس یا پاؤں کے اعصاب کی خرابی جیسی دیگر بیماریاں ہیں تو آپ کے پاؤں میں شفا پانے میں تاخیر ہو سکتی ہے اور نتائج کا اندازہ لگانا مشکل ہو سکتا ہے۔

ایک بے گھر پائل ٹوٹ اکیلے چھوڑنے ایک اچھا آپشن نہیں ہے۔ جوڑوں کی سطح ٹکڑوں میں رہتی ہے اور اس کے نتیجے میں ٹخن تیزی سے ختم ہو جاتی ہے۔ اچھی طرح سے سنبھالا جاتا ہے، زیادہ تر لوگ روزمرہ کی زندگی میں واپس آ جاتے ہیں، اگرچہ کچھ سخت ہو جاتے ہیں، سرد موسم میں درد، یا ایک بیشتر کہ جو بھی پہلے کی طرح محسوس نہیں کرے گا۔ آپ کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم آپ پر کم از کم ایک سال تک نظر رکھے گی، کیونکہ انفیکشن اکثر اس ونڈو میں ظاہر ہوتے ہیں۔ کسی بھی وقت سوالات پوچھیں۔ آنے والے مہینوں کے بارے میں جاننا آپ کے لیے آسان ہو جاتا ہے۔

کسی سے کب ملنا ہے

ایک ستون فریکچر ایک ہنگامی صورتحال ہے۔ اگر آپ کو اونچائی سے گرنے یا کسی دوسرے شدید اثر کا سامنا کرنا پڑا ہے اور آپ کی ٹخن شدید بہرہ، سوجن ہے، یا آپ اس پر وزن نہیں ڈال سکتے ہیں تو ایک ہنگامی محکمہ میں جائیں۔ اگر ہڈی جلد کے ذریعے ٹوٹ رہی ہے، یا اگر جلد سخت پھینچی ہوئی ہے اور بری طرح پھولنے والی بخنوں پر چھالا ہوا ہے تو یہ بھی لاگو ہوتا ہے۔ ان زخموں کو فوری طور پر تشخیص کی ضرورت ہے، نہ کہ جی پی اپائنمنٹ کی۔

علاج کے بعد، اگر آپ کو کسی زخم سے لالچ، گرمی، یا بہاؤ پھیلنے کا احساس ہوتا ہے، یا اگر آپ کو بخار ہوتا ہے تو اپنے ڈاکٹر کو فوری طور پر دیکھیں۔ گہری انفیکشن اس چوٹ کے ساتھ ایک معلوم خطرہ ہے، اور یہ اکثر پہلے سال کے اندر ظاہر ہوتا ہے۔ اگر درد اور سوجن کی توقع کے مطابق حل نہیں ہو رہی ہے، یا اگر آپ کے بخنوں میں آپریشن کے بعد مہینوں میں بہتری نہیں ہے تو ماہر سے جائزہ لیں۔