

کہنی کے رباط کی تعمیر نو (استحکام)

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 میڈیکل 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 کے کہنی کا معائنہ کرتے ہیں، اور اسلین کا بندوبست کرتے ہیں اگر ان کی ضرورت ہو تو یہ معلوم کرنے کے لئے کہ کیا غلط ہے۔

کہنی کے رباط کی تعمیر نو ایک ایسا آپریشن ہے جو جوڑ کو مستحکم رکھتے ہوئے، ڈونر تendon کے ایک ٹکڑے کے ساتھ پہنایا پھٹا ہوا رباط کی تعمیر نو کرتا ہے۔ ہم عام طور پر اس کا مشورہ دیتے ہیں جب آپ کے کہنی کو اب بھی محسوس ہوتا ہے کہ یہ راستہ دے رہا ہے، یا جگہ پر نہیں رہے گا، دوسرے علاج کے بعد کافی بہتری نہیں دی گئی ہے۔ اس وقت بھی پیش کی جاتی ہے جب کہ کہنی کو تقریباً سیدھا رکھ کر جوڑ میں رکھا جاسکتا ہے، یا جب کہ جوڑ کے گرد کسی فریکچر نے اسے غیر مستحکم چھوڑ دیا ہو۔ مقصد ایک مستحکم کہنی ہے جسے آپ بغیر درد کے منتقل، استعمال اور انحصار کر سکتے ہیں۔ ایلوگرافٹ کی تعمیر نو تقریباً 85 فیصد کوہنیوں میں پوسٹرو لائبرل روٹری عدم استحکام کے ساتھ کوہنیوں کی استحکام کو بحال کرتی ہے۔ ہم آپ کے ساتھ اس پر بات کریں گے اور مل کر فیصلہ کریں گے کہ آیا یہ آپ کے کہنی اور آپ کے مقاصد کے مطابق ہے۔

آپریشن سے پہلے

سرجری سے پہلے کے ہفتوں میں ہم اسلین جیسے ایکس رے، ایم آر آئی (ایک اسلین جو رگوں کی طرح نرم ٹشوز کو ظاہر کرتا ہے)، یا الٹراساؤنڈ کے ساتھ منصوبہ بندی ختم کرتے ہیں۔ اس دن سے سات گھنٹے پہلے کھانا بند کر دیں۔ ہم سات گھنٹے کا وقت مانتے ہیں تاکہ آپ کا آپریشن آگے بڑھایا جاسکے اگر تھیرکی فہرست جلدی سے چلتی ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے روزے کے عین مطابق وقت کی تصدیق کرے گا۔ آپ کو سرجری سے پہلے کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہو سکتی ہے، اور ہم آپ کو واضح ہدایات دیں گے کہ کون سے اور کب تک۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست ساتھ لائیں، بشمول گولیاں، قطرے اور کریم۔ اس کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لئے کسی کو بندوبست کریں۔ آرام دہ اور پرسکون لباس پہنیں۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بیہوشی کے ماہر (بیہوشی دینے والا ڈاکٹر) کے ساتھ جائزہ لینے کی بھی 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۔ آپ وہاں anesthetist ملاقات کریں گے۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیٹیکا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے بھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹھیٹکس اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ پھر آپ کو آپریشن تھیر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔ جب یہ ختم ہو جاتا ہے تو آپ بحالی کے علاقے میں جاتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں جب تک کہ اینسٹیک اثر ختم ہو جاتا ہے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جاتے ہیں، آپ یا تو وارڈ میں جاتے ہیں یا گھر جاتے ہیں، طریقہ کار اور آپ کی بحالی پر منحصر ہے۔

اس دن کا مقصد سادہ ہے: آپ کے کوہنی میں کافی استحکام بحال کریں تاکہ آپریشن کے فوراً بعد یہ حرکت شروع کر سکے۔ بعد میں لمبے عرصے تک کوہنی کو ٹھہرا کر رکھنا اسے سخت بنا دیتا ہے، اس لیے جلد حرکت کرنا منصوبہ کا حصہ ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

درست اقدامات اس بات پر منحصر ہیں کہ آپ کے کوہنی کے ارد گرد کون سی ساختیں زخمی ہیں، اور ہم اس کی منصوبہ بندی آپ کے اسکیٹن سے پہلے دن سے کرتے ہیں۔ اگر فیکچر مسئلے کا حصہ ہے تو آپ کا سرجن سکرو یا چھوٹی پلیٹ کا استعمال کرتے ہوئے پہلے ٹوٹی ہوئی ہڈی کے ٹکڑوں کو ٹھیک کرتا ہے۔ اگر ماتھے کے اوپری حصے میں ہڈی کا ٹوٹا ہوا ٹکڑا ٹھیک نہیں کیا جاسکتا، تو اسے دھاتی ایمپلانٹ سے تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ ایک بار جب ہڈی مضبوط ہو جاتی ہے تو، پھٹے ہوئے رباطوں کی مرمت یا تعمیر نو کی جاتی ہے۔

ایک رباط کی تعمیر نو کا مطلب یہ ہے کہ تندر کے ایک ٹکڑے سے ایک نیا بنا دیا جائے۔ یہ ڈونر ٹشو سے آسکتا ہے، یا آپ کے اپنے جسم سے۔ چھوٹے لنگرنے رباط کو ہڈی سے صحیح جگہوں پر تھامتے ہیں، اور آپ کا سرجن چیک کرتا ہے کہ آپ کا کوہنا پوری حرکت کے دوران جوڑ میں رہتا ہے اس سے پہلے کہ یہ ختم ہو جائے۔ بعض اوقات اندرونی بریس کی طرح کام کرنے کے لئے مرمت سکے یا تھ ساتھ ایک مضبوط خیاط ٹیپ شامل کیا جاتا ہے، جو شفا یاب ہونے کے دوران رباط کی حمایت کرتا ہے۔ اگر کوہنی اب بھی خود کو مستحکم نہیں رکھ سکے گی، تو اسے اپنی جگہ پر رکھنے کے لیے ایک عارضی جھولی لگائی جاسکتی ہے جب تک کہ چیزیں حل نہ ہو جائیں۔

آپریشن اکثر ایک طویل افتتاحی کے بجائے چھوٹے cuts کے ذریعے کیا جاسکتا ہے۔ کچھ رباط کی تعمیر نو کے لئے، تقریباً 2 سے 3 سینٹی میٹر کا کٹ کافی ہے۔ چھوٹے چھوٹے لٹوٹیوں کے ذریعے کام کرنا مشترکہ کے ارد گرد صحت مند ٹینڈن اور پٹھوں کی حفاظت کرتا ہے، اور مشترکہ استر کو خود کو پریشان کرنے سے بچتا ہے۔

جب مرمت مکمل ہو جاتی ہے تو، زخموں کو سلائیوں سے بند کیا جاتا ہے اور پیٹی کے ساتھ احاطہ کیا جاتا ہے۔ اس سارے آپریشن کا مقصد ایک مستحکم کوہنی بنانا ہے جو جلد ہی حرکت کرنا شروع کر سکتی ہے، کیونکہ اسے بہت لمبے عرصے تک ٹھہرا رکھنا اسے سخت چھوڑ دیتا ہے۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جاگیں گے، جہاں نرسیں آپ پر گہری نظر رکھیں گی جب تک کہ اینسٹھیٹک ختم ہو جائے۔ آپ کے بازو کی پٹی میں یا ٹنگیوں پر سہارا دیا جائے گا، زخموں پر پیٹی کے ساتھ۔ ہم آپ کو درد سے نجات دلائیں گے اور چیک کریں گے کہ یہ کام کر رہا ہے آپ کے ارد گرد منتقل کرنے سے پہلے۔ آپ کے گھر جانے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لئے کوئی آپ کے ساتھ رہنا چاہئے۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات اسپتال میں رہیں گے۔ 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۔ زیادہ تر لوگ چلتے پھرنے اور ہلکے کاموں کو فوراً کر سکتے ہیں، لیکن جب آپ اٹھتے ہیں اور چلتے پھرتے ہیں تو اپنی کوہنی کو پھانسی پر رکھیں۔

وصولی

پہلے چند دنوں میں آپ کے کوہنی میں درد اور سوجن ہوگی۔ یہ آہستہ آہستہ حل ہو جاتا ہے۔ آرام، آپ کے بازو اٹھایا رکھنے، اور ہم آپ کو دے درد ریلیف تکلیف کو کم کرے گا۔ جب آپ پہلی بار جوڑ کو حرکت دینا شروع کرتے ہیں تو کچھ درد ہونا معمول کی بات ہے اور جیسے جیسے ہفتے گزرتے ہیں اس میں بہتری آتی جاتی ہے۔

آپ اپنے بازو ایک sling میں کے ساتھ گھر جائیں گے۔ آپ چل پھر سکتے ہیں اور ہلکے کاموں کو فوراً کر سکتے ہیں، لیکن جب آپ اٹھ کر چلتے پھرتے ہیں تو اپنی کہنی کو پٹے میں رکھیں۔ آپ کے ہاتھ اور کلائی جلد ہی حرکت کر سکتے ہیں، اور ان کے لیے ہلکی مشقیں عام طور پر چند دنوں میں شروع ہو جاتی ہیں۔ آپریشن کے بعد ہاتھ تھراپی توسیع بحالی میں روبی Doolan ساتھ ہے۔ روبی ایک ہینڈ تھراپسٹ ہے: وہ آپ کی مشقوں کی رہنمائی کرے گی اور آپ کو جو بھی سپلنٹ درکار ہوگا وہ بنائے گی۔ تھراپی کا مقصد مستحکم، ابتدائی تحریک ہے، کیونکہ کہنی کو بہت لمبے عرصے تک رکھنا اسے سخت چھوڑ دیتا ہے۔

جیسے جیسے سوجن کم ہوتی جائے گی آپ اپنے بازو کا زیادہ استعمال کریں گے: کھانا، لکھنا، اور ہلکے گھریلو کام۔ ایک بار جب آپ کا سرجن اس بات سے خوش ہو جائے کہ مرمت کا عمل مکمل ہو گیا ہے، تو سلائنگ کو اتار دیا جاتا ہے اور آپ خود کو کہنی کو موڑنے اور سیدھا کرنے لگتے ہیں۔ تحریک اکثر ابتدائی طور پر تیزی سے بہتر ہوتی ہے، پھر آہستہ آہستہ۔ جب آپ بغیر درد کے اشیاء کو پکڑ اور تھام سکتے ہیں، تو روزمرہ کی سرگرمیاں آسان محسوس ہوتی ہیں۔ ڈرائیونگ محفوظ نہیں ہے جب تک آپ کا بازو پچھانسی میں ہے، اور آپ کو دونوں ہاتھوں سے پیسے کو پکڑنے اور ہنگامی روکنے میں ردعمل ظاہر کرنے کے قابل ہونے کی ضرورت ہوگی، مضبوط درد کی دوا سے دور۔ ہمارا گائیڈ **اوپری ٹانگوں کی سرجری کے بعد ڈرائیونگ** جب آپ واپس آ سکتے ہیں کی وضاحت کرتا ہے۔

ہر کوئی اپنی رفتار سے شفا پاتا ہے۔ آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے، اور آپ کا سرجن اور تھراپسٹ آپ کو راستے میں 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۔

سرجری کے بعد آپ کے کہنی کے اندر سے گزرنے والا اعصاب جل سکتا ہے۔ آپ کو اپنی انگوٹھی اور چھوٹی انگلیوں میں جھنجھلاہٹ، پن اور سوزی، یا بے حس محسوس ہو سکتی ہے۔ اکثر یہ خود بخود حل ہو جاتا ہے، لیکن ہمیں بتائیں کہ کیا یہ حل نہیں ہوتا، یا اگر انگلیاں کمزور محسوس ہوتی ہیں۔

کہنی کبھی کبھی ڈھیلی رہ سکتی ہے یا محسوس ہو سکتی ہے کہ یہ دوبارہ راستہ دے رہی ہے۔ اگر آپ کے کوہنی کو غیر مستحکم محسوس ہونے لگے، یا جگہ سے باہر نکل جائے، تو فوری طور پر کلینک سے رابطہ کریں۔

کہنی بھی سخت ہو سکتی ہے۔ آپ کو اپنے بازو کو سیدھا یا مکمل طور پر موڑنا مشکل ہو سکتا ہے، اور حرکت میں درد کی بجائے رکاوٹ محسوس ہوتی ہے۔ آپ کے جائزے میں اس کو لے لو، کیونکہ اضافی تھراپی یا مزید علاج مدد کر سکتا ہے۔

انفیکشن غیر معمولی لیکن سنگین ہے۔ گہرے، دھڑکتے ہوئے درد کے لئے چوکس رہیں جو سادہ درد سے نجات نہیں پاتا، زخم سے سرخ پن پھیلتا ہے، یا اس سے سیال بہہ رہا ہے۔ اگر آپ کو یہ علامات نظر آئیں، تو اسی دن کلینک کو کال کریں، یا بخار یا طبیعت خراب ہونے پر ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

چھوٹے دھات کے لنگر یا پیچ جو مرمت کو تھامنے کے لئے استعمال ہوتے ہیں بعض اوقات جلن کا سبب بن سکتے ہیں، یا عارضی طور پر لگائے جانے والے جھولے ڈھیلے ہو سکتے ہیں۔ آپ کو جلد کے پیچے ایک نئی کٹک، پکڑنے، یا ایک گانٹھ محسوس ہو سکتی ہے۔ آپ کے اگلے جائزہ میں اس کا ذکر کریں۔

جہاں آپ کے اپنے تندور کا ایک ٹکڑا رباط کی تعمیر نو کے لئے استعمال کیا جاتا ہے، وہ جگہ تھوڑی دیر کے لئے حساس یا تکلیف دہ رہ سکتی ہے۔ ہمیں بتائیں کہ اگر یہ بہتر ہونے کے بجائے خراب ہوتا ہے۔

ہڈی کبھی کبھی اس جگہ بن سکتی ہے جہاں اسے نہیں ہونا چاہئے، جوڑوں کے ارد گرد یا اس کے اندر۔ یہ تحریک کو محدود کر سکتا ہے یا پکڑنے اور پیسنے کا سبب بن سکتا ہے۔ اگر آپ کے کوہنی کی ترقی رک جاتی ہے تو، اسے اپنے جائزہ میں اٹھائیں۔

زخم خود کبھی کبھار ٹوٹ سکتا ہے یا رونے لگتا ہے۔ اگر زخم کھل جاتا ہے، سرخ ہو جاتا ہے، یا بہاؤ شروع ہوتا ہے، انتظار کرنے کے بجائے ہم سے رابطہ کریں۔

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

ہمیں کب کال کریں

زیادہ تر مسائل جلد ہی ظاہر ہوتے ہیں اور ہم ان کے بارے میں جلد ہی سننا پسند کرتے ہیں۔ اگر آپ کو بخار ہو تو ہمیں کال کریں، اگر زخم سرخ ہو جائے یا سیال بہنا شروع ہو جائے، یا اگر آپ کا درد کم ہونے کے بجائے بڑھتا رہے۔ اگر آپ کے پاؤں میں سوجن یا درد ہو یا اچانک سانس کی قلت ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ ہمیں فوراً کال کریں اگر آپ کی انگوٹھی اور چھوٹی انگلیاں بے حس ہو جائیں، اگر آپ کا ہاتھ کمزور محسوس ہو، یا اگر آپ اپنے بازو کو بالکل بھی حرکت نہ دے سکیں۔ اگر آپ کی کہنی اپنی جگہ سے باہر نکل جاتی ہے یا ایسا محسوس ہوتا ہے کہ یہ دوبارہ گر رہی ہے تو، اسی دن کلینک سے رابطہ کریں۔