

گالفر کی کوہنی کی رہائی

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

میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیمپٹن میں اوپری ٹانگوں کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا کم سے کم جارحانہ اختیارات سے شروع کرتے ہیں جو آپ کی حالت کے مطابق ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے جی پی کے ذریعہ ہمارے کلینک کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ اگر کسی فیزیوتھراپسٹ 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 کوہنی کا معائنہ کرتے ہیں، اور تشخیص کی تصدیق کے لئے اگر ضرورت ہو تو امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں۔

گالفر کی کوہنی کا استعمال اور جلن ہوتی ہے جہاں آپ کی کلائی کو موڑنے اور پکڑنے والی ٹینڈوز آپ کے کوہنی کے اندر کی ہڈی سے جڑ جاتی ہیں۔ یہ اکثر آہستہ آہستہ ہوتا ہے، اور جب آپ آرام کرتے ہیں تو بھی درد برقرار رہ سکتا ہے۔ ہم عام طور پر غیر جراحی کی دیکھ بھال کے ساتھ شروع کرتے ہیں جیسے سرگرمی کی تبدیلی، فیزیوتھراپی یا ہاتھ کی تھراپی، اور اسپلینٹنگ۔ سرجری پر غور کیا جاتا ہے جب اس سے طویل مدت میں کافی بہتری نہیں آتی ہے۔

اس آپریشن سے ہڈی سے متاثرہ ٹینڈنٹ منسلک ہو جاتا ہے تاکہ درد کا علاقہ ہر گرفت یا لفٹ کے ساتھ کھینچا نہ جائے۔ یہ ان لوگوں کو پیش کیا جاتا ہے جن کا درد ان دیگر علاجوں سے حل نہیں ہوا ہے۔ زیادہ تر کوہنیوں کو اس طرح سے علاج کیا جاتا ہے، 72% سے 94% مقدمات میں کامیابی کے ساتھ رپورٹ کیا جاتا ہے۔ اس کا مقصد درد سے مستقل راحت اور روزمرہ کی زندگی اور تھیل میں آپ کے کوہنی کا بہتر استعمال ہے۔

آپریشن سے پہلے

آپریشن سے پہلے آپ کو کچھ امیجنگ کی ضرورت ہوگی تاکہ آپریشن کی منصوبہ بندی کی جا سکے۔ یہ ایک ایکس رے، ایک الٹراساؤنڈ، یا ایک ایم آر آئی اسکین شامل کر سکتے ہیں، جو مفناطیس کا استعمال کرتا ہے آپ کی کوہنی کے ارد گرد نرم ٹیٹوں کو ظاہر کرنے کے لئے۔ زیادہ تر لوگوں کو کسی دوسرے ٹیسٹ کی ضرورت نہیں ہوتی۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا ایسٹھیزیاکے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے، جو ڈاکٹر آپ کو ایسٹھیزیا دیتا ہے۔

آپریشن سے سات گھنٹے پہلے کھانا بند کر دیں۔ ہم چھ کے بجائے سات گھنٹے مانگتے ہیں تاکہ آپ کی سرجری کو آگے بڑھایا جا سکے اگر تھیر کی فہرست پہلے چلتی ہے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کو بتائے گا کہ آپ کو کون سی ادویات لینی ہوں گی اور کون سی دوائیں روکنی ہوں گی۔ سب کچھ آپ کو لے لو کی ایک فہرست لے لو۔ اس کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لئے کسی سے انتظام کریں، اور ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔

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 ملتے ہیں، وہ ڈاکٹر جو آپ کو بیہوش کرتا ہے۔ 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؛ اینسٹھیذا سٹ اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ پھر آپ کو آپریشن تھیر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں جبکہ اینسٹھیذا کا 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۔ بہت سے لوگ جو یہ آپریشن کرتے ہیں وہ اسی دن گھر جاتے ہیں۔ آپ کے جانے سے پہلے، ہم وضاحت کریں گے کہ آپ کی کہنی کی دیکھ بھال کیسے کی جائے اور آپ کی فالو اپ اپائنٹمنٹ کب ہوگی۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

آپریشن آپ کے کوہنی کے اندرونی حصے پر نشانہ بنایا جاتا ہے جہاں تکلیف دہ ٹینڈوز ہڈی سے منسلک ہوتے ہیں۔ آپ کا سرجن اس ہڈی والے مقام پر ایک چھوٹا سا کٹ کرتا ہے اور نقصان دہ ٹینڈنٹ منسلک کو آزاد کرتا ہے، لہذا یہ اب ہر گرفت یا لفٹ کے ساتھ نہیں پھینچا جاتا ہے۔ ٹینڈون میں غیر صحت مند، گریسٹلی ٹشو کو صاف کیا جاتا ہے، اور صحت مند ٹینڈون کو ہڈی پر واپس پھینکنے اور شفا دینے کے لئے جگہ دی جاتی ہے۔

کچھ کوہنیوں کو تھوڑا سا مختلف نقطہ نظر کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ کے کہنی کے اندر سے گزرنے والا اعصاب بھی جل گیا ہے تو آپ کا سرجن اسے ٹشو کی سرنگ سے آزاد کر سکتا ہے جس کے ذریعے یہ پھسلتا ہے، یا ہڈی کا ایک چھوٹا ٹکڑا ہٹا سکتا ہے جو اس پر دباؤ ڈال رہا ہے۔ اگر جوڑ خود سخت ہے یا اس کے اندر ٹشو کے ڈھیلے ٹکڑے پکڑے ہوئے ہیں تو، آپریشن دو یا تین چھوٹے چھ ہول کٹوتیوں کے ذریعہ کیا جاسکتا ہے، کہنی کے اندر دیکھنے کے لئے ایک پتلی کیمرا کا استعمال کرتے ہوئے۔

کاٹ سلائوں کے ساتھ بند کیا جاتا ہے اور ایک ڈریسنگ کے ساتھ احاطہ کرتا ہے۔ پورے آپریشن میں عام طور پر ایک گھنٹہ سے بھی کم وقت لگتا ہے، اور زیادہ تر لوگ اسی دن گھر جاتے ہیں۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کو دیکھتی ہیں کیونکہ اینسٹھیذا کا اثر ختم ہوتا ہے۔ آپ کے کوہنی کو ڈریسنگ کے ساتھ ڈھانپ دیا جائے گا، اور آپ کا بازو آرام کے لئے ایک پٹی میں آرام کر سکتا ہے۔ آپ جاگنے کے فوراً بعد چل پھر سکتے ہیں، اور نرسیں آپ کی ہر ضرورت کی مدد کریں گی۔ آپ کے جانے سے پہلے درد سے نجات کی منصوبہ بندی کی جاتی ہے، اور تیم گھر میں کسی بھی درد کا انتظام کرنے کا طریقہ بتائے گی۔ کسی نے پہلے 24 گھنٹے کے لئے آپ کے ساتھ رہنا چاہئے۔ آپ کی تیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات ہسپتال میں رہیں گے۔ ہم تقریباً 10 دن تک پانسٹنگ لگا کر رہتے 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 کہنی میں درد ہو گا اور یہ سوجن بھی ہو سکتی ہے۔ آرام کریں، جب بھی ممکن ہو اپنا ہاتھ اوپر رکھیں، اور ہم نے آپ کے لئے جو درد کی امداد کی منصوبہ بندی کی ہے وہ اس کو آسان بنا دے گی۔ درد آہستہ آہستہ ختم ہو جاتا ہے کیونکہ شفا بخش ٹشو پر سکون ہو جاتا ہے۔

آپ کو ابتدائی نرم تحریک شروع ہو جائے گا۔ آپ کے ہاتھ تھر اپسٹ، روبی Doolan توسیع بحالی سے، آپ کی مشقوں کی رہنمائی کرے گا اور آپ کی ضرورت ہے کسی بھی سپلنٹ کر دے گا۔ ابتدائی مراحل کا مقصد آپ کے کوہنی کو مکمل طور پر دوبارہ موڑنا اور سیدھا کرنا ہے۔ آپ کی گرفت اور بازو کی طاقت کی تعمیر اگلی چیز ہے، اور یہ آپ کی معمول کی سرگرمیوں میں واپس آنے کا ایک بڑا حصہ ہے۔

گھڑیں آپ اپنے بازو کو ہلکے کاموں کے لئے استعمال کر سکتے ہیں جیسا کہ آرام کی اجازت دیتا ہے۔ بھاری اٹھانے سے بچیں جب تک ہم آپ کو صاف نہیں کرتے، کیونکہ شفا بخش تندور کو ہڈی پر واپس پیچھنے کے لئے وقت کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر کوئی حرکت تیز درد کا سبب بنتی ہے تو پیچھے ہٹیں اور اپنے معالج کو بتائیں۔

صحت یابی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے۔ آپ کی ٹائم لائن مختلف ہو سکتی ہے، اور ہم ہر جائزے میں آپ کے معالج کے ساتھ آپ کی 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۔

آپ کے کہنی کے اندر سے گزرنے والا اعصاب آپریشن کی جگہ کے قریب واقع ہے۔ اگر آپریشن کے بعد یہ جل جاتا ہے تو آپ کو آپ کی چھوٹی اور انگوٹھی کی انگلیوں میں چکنائی، پن اور انجکشن، یا numbness محسوس ہو سکتی ہے۔ اگر یہ ہوتا ہے تو ہمیں اگلے معائنے میں بتائیں، یا اگر یہ شدید ہے تو جلد ہی کلینک کو کال کریں۔

کچھ کو بنیادیں سرجری کے بعد سخت ہو جاتی ہیں۔ آپ کو اپنے بازو کو مکمل طور پر سیدھا کرنے میں دشواری محسوس ہو سکتی ہے، یا جب آپ اسے جھکاتے ہیں تو کوہنی سخت محسوس ہو سکتی ہے۔ آپ کے ہاتھ کے معالج کے ساتھ نرم مشقیں عام طور پر مدد کرتی ہیں۔ اگر کوہنی سخت رہتی ہے، تو ہم جائزہ لینے پر حرکت دوبارہ حاصل کرنے کے دیگر طریقوں پر بات کر سکتے ہیں۔

آپ کی کلائی کو موڑنے اور پکڑنے والی ٹینڈوزز ایک ہی جگہ کے قریب منسلک ہوتی ہیں۔ پکڑنے یا اٹھانے کے ساتھ کمزوری غیر معمولی ہے، لیکن اگر آپ کو محسوس ہوتا ہے کہ آپ کی گرفت مختلف محسوس ہوتی ہے، تو آپ کی اگلی ملاقات میں اسے اٹھائیں۔

کسی بھی آپریشن کے ساتھ انفیکشن ایک خطرہ ہے۔ ایک گہرے، دھڑکتے ہوئے درد کے لئے دیکھو جو سادہ درد سے نجات نہیں ملتی ہے، زخم سے پھیلا ہوا سرخیاں، یا ہڈی سے بہاؤ بہاؤ۔ اگر آپ کو ان میں سے کوئی بھی نظر آئے تو اپنے جائزے کا انتظار کرنے کے بجائے فوری طور پر کلینک کو کال کریں۔

کہنی کے قریب رگ میں خون کا جمنا نایاب ہوتا ہے لیکن فوری علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ بازو یا ہاتھ پھڑپھڑے میں اچانک سوجن اور حساسیت کی فوری طور پر جانچ پڑتال کی جانی چاہئے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

شاذ و نادر ہی، کہنی دوبارہ جوڑے سے باہر آسکتی ہے، یا چوٹ لگنے کے بعد جوڑے کے اندر ہڈی کے سخت ٹکڑے بن سکتے ہیں۔ ایک کلک یا grinding احساس، یا اچانک تحریک کے نقصان، ہمیں رپورٹ کیا جانا چاہئے۔

کچھ لوگوں کو مہینوں بعد بھی آپریشن کے مقام پر ہلکا سا درد محسوس ہوتا ہے۔ اگر آپ کا درد ہمارے بیان کردہ طریقے سے حل نہیں ہو رہا ہے، تو اسے اپنے جائزہ میں لائیں تاکہ ہم اس پر غور کر سکیں۔

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 ہو، یا زخم زیادہ سرخ ہو جائے، سوجن ہو جائے، یا اس میں سیال بہہ رہا ہو تو فوری طور پر کلینک کو کال کریں۔ اگر آپ کے بازو یا پاؤں میں اچانک شدید درد، اچانک سوجن یا حساسیت، یا سانس کی قلت ہو تو ہنگامی شعبہ میں جائیں۔ یہ خون کے جمنے کی علامات

ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ اپنے ہاتھ کو محسوس نہیں کر سکتے ہیں، یا آپ اپنے بازو کو بالکل بھی حرکت نہیں دے سکتے ہیں تو بھی ہنگامی حالت میں جائیں۔ آپ کی چھوٹی اور انگوٹھی کی انگلیوں میں ہلکے سنکرن یا بے حسی کے لئے، ہمیں کال کریں یا اگلے معائنہ پر اسے اٹھائیں۔