

زخم کیسے بھر جاتے ہیں؟

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۔

ہرکٹ، graze اور سر جیکل incision اسی قابل ذکر، متوقع ترتیب کے ذریعے شفا، اور ہر ایک ایک چھوڑ دیتا ہے داغ، کیونکہ شفا پانے والی جلد کی مرمت کی جاتی ہے، بالکل دوبارہ نہیں بڑھتی ہے۔ یہ سمجھنا کہ زخم کیسے شفا پاتے ہیں اس کی وضاحت کرتا ہے کہ ایک تازہ زخم سرخ کیوں ہوتا ہے اور زخم ہونے سے پہلے ٹھوس کیوں ہوتا ہے، ایک شفا پانے والا زخم بھی اتنا مضبوط کیوں نہیں ہوتا جتنا جلد جس کی جگہ ملے لی ہے، اور تمباکو نوشی اور ذیابیطس جیسی چیزیں کیوں اتنی اہم ہیں۔ یہ صفحہ سادہ زبان میں بتاتا ہے کہ جلد کیسے ٹھیک ہوتی ہے اور زخم کیسے ٹوٹتے ہیں۔ اس کے بعد تجسس رھنے والوں کے لیے، یہ بحالی کی حیاتیات میں مزید گہرائی میں جاتا ہے اور زخم اس طرح کیوں برتاؤ کرتے ہیں۔

زخم کیا ہے اور جلد کیسے شفا پاتی ہے

زخم صرف جلد کی حفاظتی رکاوٹ کا ٹوٹنا ہے۔ یہ شفا یابی ایک دوسرے پر پڑنے والے مراحل میں ہوتی ہے: پہلے خون بہنا بند ہو جاتا ہے اور ایک جگر / کرب بن جاتا ہے۔ پھر یہ علاقہ سوجن ہو جاتا ہے (سرخ، گرم، تھوڑا سا سوجن) جیسا کہ صفائی والے خلیات داخل ہوتے ہیں۔ پھر جسم خلا کو نئے ٹشو سے پُر کرتا ہے اور کناروں کو ایک ساتھ پھینچتا ہے۔ اور آخر میں، مہینوں کے دوران، یہ نیا ٹشو دوبارہ منظم ہوتا ہے اور زخم میں مضبوط ہوتا ہے۔

سر جیکل طور پر بند ہونے والی کٹائی (کنارے ایک ساتھ اچھی طرح سے سلانی) نیچے سے اوپر تک بھرنے کے لئے کھلے ہوئے زخم کے مقابلے میں تیزی سے اور ایک ٹھیک نشان کے ساتھ شفا دیتا ہے، لیکن دونوں ایک ہی بنیادی عمل پر عمل کرتے ہیں۔

زخم کیسے بنتے اور پختہ ہوتے ہیں

زخم زخم کو بند کرنے کے لئے جسم کی طرف سے لگایا گیا ایک پیچ ہے۔ تازہ زخم عام طور پر اٹھائے جاتے ہیں، مضبوط، سرخ یا گلابی کیونکہ وہ نئے خون کی ویدوں اور غیر منظم کوئجن سے بھرا ہوا ہے۔ مندرجہ ذیل مہینوں سے ایک سال تک، داغ کی شکل بدل جاتی ہے: خون کی رکیں پیچھے ہٹ جاتی ہیں اور کوئجن دوبارہ منظم ہو جاتی ہے، لہذا ایک بالغ داغ چٹا، دھندلا، نرم اور کم نمایاں ہو جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ آپ کو ایک سال پر ایک داغ کا فیصلہ کرنا چاہئے، ایک ماہ پر نہیں۔

زخموں کے بارے میں دو ایماندارانہ سچائیاں: وہ کبھی بھی اصلی جلد کی پوری طاقت (بہترین صورت میں 80% کے قریب) حاصل نہیں کرتے ہیں، اور زخم کا نتیجہ کس طرح ہوتا ہے اس کا انحصار جزوی طور پر آپ پر ہوتا ہے (زخم کی دیکھ بھال، تمباکو نوشی نہیں) اور جزوی طور پر ان عوامل پر جو آپ کٹرول نہیں کر سکتے ہیں (جینیات، جلد کی قسم، جسم پر یہ کہاں ہے، اور زخم میں تناؤ)۔

زخم کو ٹھیک ہونے میں کیا مدد ملتی ہے

اسے صاف اور محفوظ رکھیں، اور آپ کے ہڈی / زخم کی دیکھ بھال کی ہدایات پر عمل کریں؛ انفیکشن ایک اہم ڈریلر ہے۔
تم تمباکو نوشی نہیں کرتے۔ نیکوٹین خون کی نالیوں کو تنگ کرتا ہے اور زخم کو آکسیجن سے محروم کرتا ہے، جو زخم کی خرابی کے لئے سب سے مضبوط کنٹرول کرنے والے خطرات میں سے ایک ہے۔
اچھی طرح سے کھائیں۔ مناسب پروٹین، وٹامن سی اور زنک، اور اگر ذیابیطس ہو تو خون میں شوگر کو اچھی طرح کنٹرول کریں، خام مال کی فراہمی کریں۔
پختگی کے دوران زخم کی حفاظت کریں: کشیدگی کو کم سے کم کریں، اور پہلے سال کے لئے سورج سے ایک نیا داغ (جو اسے مستقل طور پر سیاہ کر سکتا ہے) کی حفاظت کریں۔

مزید گہرائی میں

سیٹیشن مزید تفصیلی، طالب علم کی سطح کی وضاحت کے لئے قدم اٹھاتا ہے۔ یہ ایک زخم کی دیکھ بھال کے لئے ضروری نہیں ہے، لیکن آپ کے بارے میں جاننا چاہتے ہیں تو کیسے مرمت اصل میں کام کرتا ہے اور کیوں داغ ہیں جس طرح وہ ہیں، پر پڑھیں۔

زخموں کی شفا یابی کے چار مراحل

مرمت چار اور لیننگ مراحل سے گزرتی ہے:

1. ہیموسٹاسس (منٹ) خون کی رگیں تنگ ہو جاتی ہیں اور خون کا جمنابن جاتا ہے، جو زخم کو بند کر دیتا ہے اور عارضی طور پر فائبرن کا ڈھانچہ بناتا ہے۔
2. سوزش (دن) مدافعتی خلیات (نیٹروفیل پھر میکرو فج) میکیریا اور لمبے کو صاف کرتے ہیں اور سنگل جاری کرتے ہیں جو مرمت کے خلیات کو طلب کرتے ہیں۔ یہ سرخ، سوجن، نرم مرحلہ ہے۔
3. پھیلاؤ (دنوں سے ہفتوں تک) فائبروبلاست بہتے ہیں اور نیا کولین لگاتے ہیں۔ نئی خون کی نالیوں کی نشوونما ہوتی ہے (گلابی "گرانولیشن نشوونما" تشکیل دیتی ہے)؛ جلد کے خلیات سطح پر ہجرت کرتے ہیں تاکہ اسے دوبارہ سیل کیا جاسکے۔
4. بحالی (ہفتوں سے ~ ایک سال) جلدی جلدی ہونے والا ابتدائی کولین ٹوٹ جاتا ہے اور اس کی جگہ مضبوط، بہتر منظم کولین لے لیتا ہے، خون کی رگیں پیچھے ہٹ جاتی ہیں، اور داغ پختہ ہو جاتا ہے۔

زخم جلد سے زیادہ کمزور کیوں ہوتے ہیں؟

اہم بات یہ ہے کولین کی قسم۔ جی ہاں۔ ابتدائی مرمت بہت نیچے رکھتا ہے ٹائپ III کولین، جو تیزی سے جمع ہے لیکن میکانی طور پر کمزور اور غیر منظم ہے۔ ریماڈلنگ کے دوران یہ آہستہ آہستہ مضبوط، تنسک کی طرف سے تبدیل کر دیا جاتا ہے ٹائپ I کولین اور اس لنکڈ-تناؤ کی طاقت اسی کے مطابق بڑھتی ہے: چھ ہفتوں تک معمول سے تقریباً نصف، تقریباً تین ماہ تک 80% کے ارد گرد چوٹی، لیکن کبھی بھی 100% تک نہیں پہنچتی ہے۔ ایک داغ بھی اصل جلد کی صاف فن تعمیر (اور اس کے بال follicles اور پسینہ غدود) کی کمی ہے۔ تو ایک شفا پانے والا زخم ایک مضبوط، قابل استعمال پیچ ہے، کامل متبادل نہیں۔

MYOFIBROBLASTS اور زخم کا معاہدہ

ایک خصوصی مرمت سیل، مائوفیبروبلاست، جزوی طور پر فائبروبلاست اور جزوی طور پر پٹھوں کا خلیہ ہے: یہ زخم کے میٹرکس کو پکڑتا ہے اور جسمانی طور پر معاہدہ کرتا ہے، زخم کے کناروں کو ایک ساتھ ٹھینچتا ہے تاکہ اس علاقے کو سکڑ جائے جس کو ڈھلنے کی ضرورت ہو۔ یہ مفید ہے: یہ زخموں کو تیزی سے بند کرتا ہے۔ لیکن غلط جگہ پر یہ مسائل کا سبب بنتا ہے: ایک مشترکہ یا ہجور کے بار، ضرورت سے زیادہ سکڑنے ایک تنگ میں وٹکوں کیچھو کر سکتے ہیں معاہدہ جو حرکت کو محدود کرتی ہے، یہی وجہ ہے کہ زخموں اور جھکاو کی پٹھریوں پر جلنے کا انتظام بہت احتیاط سے کیا جاتا ہے۔

جب داغ خراب ہو جاتا ہے: ہائپر ٹروفک اور کیلوڈ داغ

کبھی کبھی کولاجن کے نیچے ڈالنے اور اسے توڑنے کے درمیان توازن جمع کرنے کی طرف بہت زیادہ جھکتا ہے، ایک دے پھیلنے والا داغ: . اسے ہائپر ٹروفک سکارا اٹھایا اور سرخ ہے لیکن اصل زخم کی حد کے اندر رہتا ہے، اور اکثر وقت کے ساتھ بہتر ہوتا ہے۔ . اسے کیلوئیڈ بڑھتا ہے اس سے آگے اصل زخم کے مارجن، تقریباً ایک خوشگوار overgrowth کے طور پر برتاؤ؛ keloids کچھ جلد کی اقسام اور جسم کے علاقوں (سینے، کندھوں، earlobes) میں زیادہ عام ہیں اور علاج کرنے کے لئے بہت مشکل ہیں۔ دونوں ایک مبالغہ آمیز، طویل پریلیفریو جواب کی عکاسی کرتے ہیں: بہت زیادہ کولیجن، بہت کم remodeling۔

بنیادی بمقابلہ ثانوی شفا یابی

سرجن دو راستوں میں فرق کرتے ہیں۔ بنیادی ارادے سے شفا ایک صاف زخم ہے جس کے کناروں کو براہ راست ایک ساتھ رکھا گیا ہے (ایک بیلانڈ انجکشن): تیز، ایک پتلی داغ کے ساتھ۔ ثانوی ارادے سے شفا ایک ایسا زخم ہے جو کھولا ہوا رہتا ہے (ٹشو کے نقصان یا انفیکشن کی وجہ سے) جو یس سے اوپر تک گرانولیشن ٹشو سے بھر جاتا ہے اور معاہدے بند ہو جاتا ہے: آہستہ آہستہ، ایک وسیع زخم کے ساتھ۔ ان میں سے انتخاب (اور جب آلودہ زخم کو بند کرنے کے لئے) ایک بنیادی جراحی فیصلہ ہے۔

زخم کی شفا یابی میں کیا مدد کرتا ہے اور کیا نقصان پہنچاتا ہے

. خون کی فراہمی اور آکسیجن ضروری ہیں، جو کہ بالکل وہی ہے جو تمباکو نوشی کو نقصان پہنچاتا ہے۔ . ذیابیطس، ناقص غذائیت، بڑھتی عمر، اور اسٹیرائڈز / مدافعتی نظام کو دباؤ انفیکشن کا خطرہ بڑھاتا ہے۔ . انفیکشن زخم کو سوزش کے مرحلے میں روکتا ہے اور بند زخم کو توڑ سکتا ہے۔ . تناؤ اور تحریک زخم کو چوڑا کر دیتے ہیں۔ اس کی حفاظت اور حملت کرنے سے بہتر نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ . وقت اور سورج سے تحفظ حتیٰ کا سیمیک نتیجہ کا تعین کریں: ایک سال پر فیصلہ کیا نشان ایک ماہ کے مقابلے میں بہت بہتر لگ رہا ہے۔

مزید دیکھیے

. ہڈی کیسے شفا پاتی ہے اور دوبارہ بنتی ہے اسی مرمت کے مراحل، ہڈی میں . تمباکو نوشی اور پٹھوں اور ہڈیوں کی شفا تمباکو نوشی صحت کے لیے اتنا نقصان دہ کیوں ہے؟ . ٹینڈونز کیسے کام کرتے ہیں اور کیسے شفا پاتے ہیں دوسرے ٹشو میں زخم کی مرمت