



فلکسور ٹینڈون شیٹ گینگلیسن

ایک فلکسور شیٹ گینگلیسن: انگلی کی بنیاد پر ایک چھوٹا سا مضبوط کیسٹ۔

4.0 © ① Kieran Hirpara

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

آپ کے ہاتھ کی ہتھیلی میں ایک چھوٹا سا، مضبوط گانٹھ ہوتا ہے، جو عام طور پر انگلی کے نیچے ہوتا ہے۔ یہ انگلی کو موڑنے والی تندور کی سرنگ کے اوپر بیٹھا ہے۔ گٹھانی ایک گینگلیسن ہے، ایک سیال سے بھرا ہوا بیگ جو اس تندور سرنگ کی استر سے آیا ہے۔ یہ جلد کے نیچے ایک مٹر کی طرح محسوس کر سکتے ہیں۔

گٹھلی میں درد ہو سکتا ہے، خاص طور پر جب آپ اسے پکڑیں یا دبائیں۔ اس پر دباؤ لگانا تکلیف دہ ہو سکتا ہے۔ جب انگلی کو گانٹھ پر زور سے موڑنا پڑتا ہے تو درد ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر، اسٹیرنگ وہیل کو پکڑنا، شاپنگ بیگ اٹھانا یا کوئی آلہ تھامنا۔ کچھ لوگوں کو معلوم ہوتا ہے کہ ہاتھ کا زیادہ استعمال کرنے کے بعد لڑھا زیادہ نمایاں ہوتا ہے۔

اس جگہ پر ایک گانٹھ دوسرے حالات کے ساتھ الجھنا آسان ہو سکتی ہے۔ ایک ٹرگر ہندسہ، جہاں انگلی پکڑتی ہے یا کلک کرتی ہے کیونکہ یہ جھلکتا ہے، اسی طرح محسوس کر سکتا ہے۔ ڈوپٹرین کی بیماری بھی ہو سکتی ہے، ایک ایسی حالت جہاں نشوونما کی رسیاں انگلیوں کو ہتھیلی کی طرف پیچتی ہیں۔ آپ کا سرجن گانٹھ کا معائنہ کرے گا اور کام کرے گا کہ آپ میں سے کون سا ہے۔ اسکین جیسے الٹراساؤنڈ اس بات کی تصدیق کرنے میں مدد کر سکتے ہیں کہ گانٹھ کیا ہے۔

گنگلیاں اکثر وقت کے ساتھ بدل جاتی ہیں۔ [صفحہ ۲۲ پر تصویر] کچھ ایک ہی سائز میں رہتے ہیں یا آہستہ آہستہ بڑھتے ہیں۔ ایک انخکشن کے ساتھ گانٹھ سے سیال نکالا جا سکتا ہے، جو اکثر اسے تھوڑی دیر کے لئے طے کرتا ہے، لیکن گانٹھ عام طور پر واپس آتا ہے۔ پورے گٹھے کو ہٹانے کے لئے سرجری سے اس کی واپسی کا امکان کم ہوتا ہے۔

اگر گٹھلی تکلیف دہ ہے یا راستے میں آ رہی ہے، اچھے اختیارات ہیں۔ مانع کو نکالنے کی کوشش اکثر پہلے کی جاتی ہے۔ جب یہ آپ کو پریشان کرتا رہتا ہے تو سرجری کے ذریعے گانٹھ کو ہٹانا بھی ایک موثر انتخاب ہے۔

اصل میں کیا ہو رہا ہے

آپ کی انگلی ایک تندور کی وجہ سے جھکتی ہے، ایک مضبوط رسی جو آپ کے ماتھے سے آپ کی ہتھیلی کے ساتھ اور انگلی میں چلتی ہے۔ یہ کیبل ایک تنگ سرنگ سے گزرتی ہے جسے ٹینڈن شیٹ کہتے ہیں۔ اس سرنگ کی تہہ ایک چھوٹی سی سیال بناتی ہے، جو ایک پیچ میں تیل کی طرح کام کرتی ہے، جو ٹینڈون کو آسانی سے سلائیڈنگ کرتی ہے۔

ایک گینگلیئن اس وقت شروع ہوتا ہے جب اس کا ایک حصہ بالوں سے باہر نکلتا ہے اور گہرا، شفاف سیال سے بھر جاتا ہے۔ یہ سرنگ کی دیوار پر ایک چھوٹا سا چھال بننے کی طرح ہے۔ یگ سرنگ سے منسلک رہتا ہے، یہی وجہ ہے کہ ایک انجکشن کے ساتھ مانع کو نکالنے سے ہمیشہ اسے ٹھیک نہیں ہوتا۔ جب تک انجکشن برقرار رہتا ہے، یگ دوبارہ بھر سکتا ہے۔

گٹھری خود بے ضرر ہے، لیکن یہ جگہ لیتا ہے جہاں بہت زیادہ نہیں ہے۔ اس وجہ سے تھامنے یا دبانی سے درد ہو سکتا ہے: پھولے ہوئے یگ اپنے ارد گرد کے ٹشو پر دباؤ ڈالتے ہیں۔ اسی ہجوم کی وجہ سے یہاں ایک گٹھری ان ڈھانچے کے قریب رہ سکتی ہے جو انگلیوں کے کلک یا پکڑنے کا سبب بنتی ہے، اور کیوں آپ کا سرجن احتیاط سے جانچتا ہے کہ آپ کی کیا حالت ہے۔

ان میں سے زیادہ تر گانٹھ وقت کے ساتھ ساتھ پرسکون برتاؤ کرتے ہیں۔ تشخیص کے بعد پہلے 6 سالوں کے اندر تقریباً 40 فیصد کمی واقع ہوتی ہے۔ کچھ لوگ صرف ان کے لئے زیادہ حساس ہیں، اور ڈھیلے جوڑوں والی مٹھیوں میں انگلیوں کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ اگر ایک کو سرجری کے ذریعے ہٹا دیا جائے تو اس کے ایک ہی جگہ پر دوبارہ بڑھنے کا 10 فیصد امکان ہوتا ہے۔

اہم بات یہ جاننا ہے کہ یہ گرہ کیا نہیں ہے۔ یہ کینسر نہیں ہے اور یہ جسم کے دوسرے حصوں میں نہیں پھیلتا ہے۔ یہ ایک ایسی سیال کی جھب ہے جو آپ کے ہاتھ میں پہلے سے موجود استر سے بنائی گئی ہے۔ اس کو سمجھنے سے آگے کے انتخاب کم خوفناک محسوس ہو سکتے ہیں: دیکھیں اور انتظار کریں، اسے چھوڑیں، یا اسے ہٹا دیں۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

میٹر پرائیویٹ ہسپتال راک ہیملٹن میں اوپری ٹانگوں کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیر پارا 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 فزیو تھراپسٹ 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 کے پہلے دورے پر ہم ایک محتاط تاریخ لیتے ہیں، گانٹھ کا معائنہ کرتے ہیں، اور اگر اس کی تصدیق کرنے میں مدد ملتی ہے تو الٹراساؤنڈ جیسے اسکین کا بندوبست کرتے ہیں۔

[صفحہ ۲۱ پر تصویر] [صفحہ ۲۱ پر تصویر] آپ کے اوزار کو پکڑنے یا پکڑنے کا طریقہ تبدیل کرنے سے گانٹھ پر دباؤ کم ہو سکتا ہے۔ ہینڈ تھراپی کا مقصد انگلی کو آرام سے حرکت میں رکھنا اور جب آپ اپنا ہاتھ استعمال کرتے ہیں تو درد کو دور کرنا ہے۔

مانع کو انجکشن سے نکالنے کی کوشش اکثر پہلے کی جاتی ہے۔ انجکشن یگ سے موٹا سیال نکالتا ہے، جو تھوڑی دیر کے لئے گانٹھ کو حل کرتا ہے۔ ٹینڈون سرنگ کے ساتھ انجکشن عام طور پر کھلا رہتا ہے، لہذا گرہ اکثر دوبارہ بھر جاتا ہے۔ ہم آپ کے ساتھ آپریشن سے پہلے اس مرحلے پر بات کرتے ہیں کیونکہ اس سے کچھ لوگوں کو آپریشن سے بچا جاسکتا ہے۔

اگر ان اقدامات کے بعد بھی گرہ آپ کو پریشان کرتی رہتی ہے، تو ہم آپریشن کے ذریعے اسے ہٹانے کے بارے میں بات کرتے ہیں۔ آپریشن کے ساتھ ساتھ ٹینڈن سرنگ سے اس کے انجکشن کے ساتھ ساتھ پورے یگ کو نکالتا ہے، جو اس کے واپس آنے کا موقع کم کرتا ہے۔ کسی بھی آپریشن کے بعد زخم باقی رہتا ہے اور اس میں پیچیدگیوں کا خطرہ ہوتا ہے، اور ہم آپ کے ساتھ ان کے ذریعے جاتے ہیں۔ کچھ لوگوں کے لئے، سرجری درد کو کم نہیں کرتی یا ہاتھ کے کام کو بہتر نہیں بناتی اس سے زیادہ کہ گٹھری کو چھوڑ دیں، لہذا ہم اس کا وزن ایک ساتھ کرتے ہیں۔ اگر آپ کے کام یا شوق کی ضرورت ہے مضبوط گرفت کے ساتھ کلائی موڑ واپس، ہم کے بارے میں بات کریں گے کہ امکان کے جاری درد اور سختی کے بعد سرجری کے پیچھے پر کلائی کی۔

کیا توقع کریں

ان میں سے زیادہ تر گانٹھ آرام دہ راستے پر چلتے ہیں۔ کچھ ایک ہی سائز کے رہتے ہیں، اور کچھ آہستہ آہستہ بڑھتے ہیں۔ درد اکثر آتا ہے اور آپ کے ہاتھ کے استعمال کے ساتھ جاتا ہے۔

اگر آپ گانٹھ کو اکیلا چھوڑ دیں تو، اس کا حقیقی امکان ہے کہ یہ خود ہی حل ہو جائے گا، حالانکہ اس میں کئی سال لگ سکتے ہیں۔ سیال نکالنا عام طور پر اسے تھوڑی دیر کے لیے ٹھیک کر دیتا ہے، لیکن اس کے بعد زیادہ تر گانٹھیاں واپس آ جاتی ہیں۔ سرجری کے ذریعے گانٹھ کو ہٹانے سے اس کی واپسی کا امکان کم ہو جاتا ہے، اور جو لوگ یہ کام کرتے ہیں وہ 6 ہفتوں کے اندر بہتر ہاتھ کی تقریب اور کم درد کی اطلاع دیتے ہیں۔ سرجری ایک درد سے پاک ہاتھ کا وعدہ نہیں ہے، اور کچھ لوگوں کے لئے یہ گانٹھ کو چھوڑنے سے بہتر کام نہیں کرتا۔

[صفحہ ۲۲ پر تصویر] زخم مہینوں میں ختم ہو جاتا ہے۔ کچھ گٹھے ایک ہی جگہ پر دوبارہ بڑھتے ہیں یہاں تک کہ احتیاط سے ہٹانے کے بعد بھی، لہذا ہم آپ کے فالو اپ دوروں پر اس علاقے کی جانچ کریں گے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو آپ اور آپ کا سرجن اس بارے میں بات کر سکتے ہیں کہ آگے کیا کرنا ہے۔

کسی سے کب ملنا ہے

اس طرح کے زیادہ تر گانٹھ بے ضرر ہوتے ہیں اور معمول کی ملاقات کا انتظار کر سکتے ہیں۔ اگر گٹھا تکلیف دہ ہے، بڑھ رہا ہے، یا آپ کی گرفت یا روزمرہ کے کاموں کی براہ میں رکاوٹ بن رہا ہے تو اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ اگر انگلی پکڑتی ہے یا جھکتے وقت کلک کرتی ہے، یا اگر آپ کی انگلیاں چھجور کی طرف پھینچی جا رہی ہیں تو ماہر سے معائنہ طلب کریں، کیونکہ یہ ایک مختلف حالت کی علامت ہو سکتی ہے جس میں مختلف علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر ہاتھ گرم، سرخ اور سوجن ہو جائے یا آپ کو بخار ہو جائے تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں، کیونکہ اس انفیکشن کو اسی دن دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ کو انگوٹھے یا انگلیوں میں نئے بے حسی، پنوں اور سویو، یا کمزوری کا احساس ہو تو فوری طور پر طبی معائنہ کروائیں، کیونکہ اعصاب پر دباؤ ڈالنے والا ایک گانٹھ اگر زیادہ دیر تک چھوڑ دیا جائے تو دیرپا مسائل کا سبب بن سکتا ہے۔

مزید گہرائی میں

سیتشن آپ کے اپنے علاج کے فیصلوں کے لئے ضرورت سے زیادہ جاتا ہے۔ ایک flexor tendon sheath ganglion اضافی پڑھنے کے قابل ہے کیونکہ یہ ہاتھ کی سرجری میں سب سے چھوٹا گانٹھ ہے جو قابل اعتماد طور پر غیر متناسب علامات کا سبب بنتا ہے، اور کیونکہ یہ منسلک کیا جاتا ہے دونوں کا تعین کرتا ہے کیوں کہ یہ تکلیف دیتا ہے اور کیوں سادہ علاج ناکام ہو جاتا ہے۔

ایک مٹر کے سائز کا گٹھ جوڑ جو تناسب سے باہر تکلیف دیتا ہے

کیسٹس، جنہیں ریٹینا کوئر کیسٹس یا فلاور ریٹینا کوئر گینگلیا بھی کہا جاتا ہے، ریشے دار غلاف سے پیدا ہوتے ہیں جو انگلیوں کی پڈیوں کے خلاف فلیکسور ٹینڈوں کو تھامت ہے [1]۔ جی ہاں۔ وہ ہتھیلی میں انگلی کی بنیاد پر پڑھتے ہیں، عام طور پر صرف چند ملی میٹر کی چوڑائی ہوتی ہے، اور نرم ہونے کے بجائے سخت ہوتے ہیں۔

علامات خصوصیت ہے اور خود کو وضاحت کرتا ہے ایک بار جب انالومی واضح ہے: سخت اور تنگ چیز کو پکڑنے پر درد، ایک اسٹینرنگ وہیل، ایک گالف کلب، ایک سائیکل پیڈل، ایک شاپنگ بیگ پیڈل۔ کیسٹس شے اور اس کے نیچے کی ہڈی کے درمیان پھنس جاتا ہے، اور اسے ڈھانپنے کے لئے کوئی نرم ٹشو نہیں ہے کیونکہ غلاف براہ راست فلائکس سے جڑا ہوا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ سائز علامات کے ساتھ اتنا خراب تعلق رکھتا ہے۔ مٹھی کے پچھلے حصے پر ایک بڑی نرم سوجن بے درد ہو سکتی ہے جبکہ انگلی کی بنیاد پر اس کے سائز کا ایک حصہ واقعی محدود ہے۔

ہر دوسرے GANGLION کے طور پر ایک ہی اصول

اس کلارویہ اس سے متعلق ہے جس سے یہ منسلک ہے۔ کیسٹ ٹینڈون شیٹ سے پیدا ہوتا ہے اور اس سے بھرا ہوا ہے، جس کا مطلب یہ ہے کہ میکائلس کلائی لینگیٹن اور mucous کیسٹ کے ہیں: بیگ مسٹلے کا نظر آنے والا اختتام ہے، ذریعہ نہیں۔ اس کے نتیجے میں، سوراخ کرنے یا جذب کرنے سے سوجن کا علاج ہوتا ہے نہ کہ لیک۔ سادہ نکاسی کے بعد دوبارہ آنا عام ہے، اور حتیٰ علاج کا مطلب یہ ہے کہ کیسٹ کو غلاف کے متاثرہ حصے کے ساتھ نکال دیا جائے جس سے یہ پیدا ہوتا ہے۔

یہ آپریشن اس سے چھوٹا کیوں لگتا ہے لیکن معمولی کیوں نہیں ہے؟

چھٹکارا انگلی کی بنیاد پر ایک چھوٹی سی incision کے ذریعے ایک مختصر طریقہ کار ہے، اور یہ عام طور پر علاج ہے۔ دو جسمانی حقائق اس سائٹ پر دیکھ بھال کے قابل بناتے ہیں۔

ڈیجیٹل اعصاب فوری طور پر فلیکسور شیٹ کے ساتھ چلتے ہیں، ہر طرف ایک، اور انگلی کی بنیاد پر ورم سطحی ہیں اور درمیانی لائن ڈھانچے کو ہٹا دیا جا رہا ہے۔ انگلی کے ایک کنارے کے ساتھ بیہوش پیچ اس جگہ میں ایک چھوٹے آپریشن کا ایک تسلیم شدہ خطرہ ہے۔

دوسرا، صرف غلاف کا اضافی حصہ ہٹا دیا جاسکتا ہے۔ ہڈیوں کو ہڈی کے خلاف تھامنے والی پائلیں بوجھ برداشت کرنے والی ڈھانچے ہیں، اور ایک اہم کو کھونے سے تندور کو انگلی سے دور کرنے کی اجازت ملتی ہے، جو گرفت کو کمزور کرتی ہے۔ excision اس وجہ سے جان بوجھ کر غلاف کے طبقہ کے لئے محدود ہے کہ اس کام نہیں کر رہا ہے۔

جب اسے اکیلا چھوڑ دیں

چونکہ یہ زخم معصوم ہے اور غیر معینہ مدت تک پھیلتا نہیں ہے، علاج صرف علامات کی طرف سے چلایا جاتا ہے۔ ایک کیسٹ جو قابل توجہ ہے لیکن روزانہ گرفت میں تکلیف دہ نہیں ہے اسے کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جہاں اس کا علاج کیا جاتا ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ ایک مخصوص اور بار بار کی جانے والی سرگرمی سے مجھوتہ کیا جاتا ہے، جو زیادہ تر لوگوں کے مقابلے میں واضح اشارہ ہے، کیونکہ اشتعال انگیز گرفت عام طور پر کسی شخص کے لئے شناخت کرنا آسان ہے۔

انگلی کے جوڑ اور کلائی کے متعلقہ کیسٹوں کو ان کے اپنے صفحات پر احاطہ کیا جاتا ہے۔ تینوں میں مشترکہ اصول یہ ہے کہ اسٹاک، بیگ نہیں، اس بات کا تعین کرتا ہے کہ آیا مسئلہ واپس آتا ہے۔

حوالہ جات

[1] فورٹ ایل، چابرا اے بی۔ وولر ریٹنا کیولر گنگلیاں۔ جی ہینڈ سرگرم ام۔ 2012؛ 37(3): 566-7۔ [/https://doi.org/10.1016/j.jhsa.2011.05.013](https://doi.org/10.1016/j.jhsa.2011.05.013)