

انگوٹھے UCL مرمت

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 لے، آپ کی انگوٹھے کا معائنہ، اور اس کی ضرورت ہے جہاں امیجنگ کا بندوبست۔

یہ آپریشن انگوٹھے کے لینار ضمنی رباط کی مرمت کرتا ہے۔ یہ آپ کے انگوٹھے کے اندرونی حصے پر موجود ٹشو کی پٹی ہے جو اسے بہت زیادہ کنارے جھکنے سے روکتی ہے۔ یہ عام طور پر کسی پھینچنے ہوئے ہاتھ پر کرنے یا کسی ایسے دھچکے سے پھٹ جاتا ہے جو انگوٹھے کو ہاتھ سے دور کر سنے پر مجبور کرتا ہے۔ ہم عام طور پر سب سے پہلے ایک سپلینٹ یا گلاس کی کوشش کریں۔ [صفحہ ۱۲ پر تصویر] [صفحہ ۱۲ پر تصویر] مقصد ایک مستحکم، درد سے پاک انگوٹھا ہے جسے آپ پکڑنے اور روزمرہ کے کاموں کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

آپریشن سے پہلے

آپ کے سرجن آپریشن سے پہلے کے دنوں میں اس بات کی تصدیق کریں گے کہ آپریشن کی منصوبہ بندی کرنے کے لئے کون سی امیجنگ کی ضرورت ہے۔ اس میں ایک ایکس رے، ایم آر آئی اسکن، یا آپ کی انگوٹھے کا الٹراساؤنڈ شامل ہو سکتا ہے۔ آپ کو روزے کے بارے میں ہدایات دی جائیں گی: آپ کے پہنچنے کے وقت سے پہلے سات گھنٹے تک کچھ نہ کھائیں۔ ہم چھ کے بجائے سات طلب کرتے ہیں تاکہ آپ کو آگے لایا جاسکے اگر کھینچنے کی فہرست جلد ختم ہو جائے۔ آپ کو کہا جاسکتا ہے کہ آپ اپنی کچھ عام ادویات تھوڑی دیر کے لیے چھوڑ دیں۔ آپ کا سرجن آپ کو صحیح ہدایات دے گا۔ سب کچھ آپ کو لے لو کی ایک فہرست لے لو۔ گھر تک پہنچانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ آرام دہ اور پرسکون لباس پہنیں۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بیہوشی کے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی 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 اینسٹھیٹھیا کے ماہر سے ملتے ہیں، وہ ڈاکٹر جو آپ کو نیند میں ڈالتا ہے اور آپریشن کے دوران آپ کو آرام دہ رکھتا ہے۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیٹھیا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے کچھ بھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹھیٹھیزسٹ 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 آپریشن ختم ہو جاتا ہے، آپ بحالی کے علاقے میں اٹھتے ہیں۔ بیہوشی ختم ہونے تک نرسیں آپ کے ساتھ رہتی ہیں اور یہ چیک کرتی ہیں کہ آپ آرام سے ہیں۔ ایکس بار جب آپ مستحکم ہو جاتے ہیں، آپ یا تو ایک وارڈ میں جاتے ہیں یا اسی دن گھر جاتے ہیں، طریقہ کار پر منحصر ہے اور آپ کی بحالی کیسے ہو رہی ہے۔ اگر آپ گھر جا رہے ہیں، تو آپ کو پہلے سے طے شدہ لفٹ کی ضرورت ہوگی، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

آپ کا سرجن آپ کے انگوٹھے کے اس طرف کلپتا ہے جہاں رباط یٹھتا ہے۔ اس کٹ کے ذریعے وہ ulnar ضمنی رباط کے پھٹے ہوئے سروں کو تلاش کرتے ہیں، ٹشو کی پٹا جو آپ کے انگوٹھے کو بہت دور کی طرف جھکنے سے روکتا ہے۔ اگر رباط کو ہڈی سے ہٹا دیا گیا ہے، تو آپ کا سرجن اسے ہڈی پر اس کے معمول کے مقام پر دوبارہ جوڑ دیتا ہے۔ ہڈی میں رکھے گئے چھوٹے لنکر جو رباط کو مضبوط بنانے والے سلائینوں کو اپنی جگہ پر واپس رکھتے ہیں۔ یہ مرمت آپ کے انگوٹھے کے نیچے جوڑ میں حرکت کی معمول کی حد کو برقرار رکھنے کی وجہ سے رباط کے قدرتی ایجنٹ پوائنٹ پر کی جاتی ہے۔

اگر ہڈی کا ایک چھوٹا سا ٹکڑا رباط کے ساتھ کھینچا گیا ہو تو آپ کا سرجن اس ٹکڑے کو اس جگہ پر ایک چھوٹی سی پلیٹ سے تھام سکتا ہے جو ہڈی کے کنارے سے منسلک ہوتی ہے۔ کبھی کبھی ایک پن انگوٹھے کی بنیاد پر مشترکہ بھر میں رکھا جاتا ہے اضافی تحفظ کے لئے جبکہ ligament شفا۔ کچھ مریضوں میں، مرمت شدہ رباط کے ساتھ مضبوط سٹرنگ مواد کا ایک بینڈ شامل کیا جاتا ہے۔ یہ مرمت میں طاقت کا اضافہ کرتا ہے اور بعد میں انگوٹھے کی جلد کی تحریک کی اجازت دے سکتا ہے۔

اگر رباط کچھ عرصے سے پھٹا ہوا ہے اور سکڑ گیا ہے، تو ممکن ہے کہ اس کے سروں کو ایک ساتھ جوڑنا ممکن نہ ہو۔ آپ کا سرجن پھر قریبی ٹینڈون کا استعمال کرتے ہوئے رباط کو دوبارہ بنا سکتا ہے، یا خلا کو پُر کرنے کے لئے متبادل مواد کا استعمال کر سکتا ہے۔ کاٹ سلائینوں کے ساتھ بند کیا جاتا ہے اور ایک ڈریسنگ کے ساتھ احاطہ کرتا ہے۔ آپ تھیر کو اپنے انگوٹھے کے ساتھ چھوڑ دیں گے جس میں گلاس یا سپلیٹ کی حمایت کی جائے گی، جو مرمت کی حفاظت کرتی ہے جبکہ یہ شفا دیتا ہے۔

آپریشن کے بعد

جب آپ بیدار ہوں گے تو آپ بحالی کے علاقے میں ہوں گے، اور نرسیں آپ کے ساتھ رہیں گی جب تک کہ بیہوش ہونے کا اثر ختم نہ ہو جائے۔ آپ کے انگوٹھے کو گلاس یا سپلینٹ میں رکھا جائے گا، زخم پر پٹی لگائی جائے گی۔ ہم آپ کو آرام دہ رکھنے کے لئے درد سے نجات دلائیں گے۔ اگر درد کم نہیں ہوتا ہے تو نرسوں کو بتائیں۔ آپ جیسے ہی اپنے آپ کو قابل محسوس کریں گے اٹھ کر چل پھر سکتے ہیں، اور پہلے 24 گھنٹوں کے دوران کوئی آپ کے ساتھ رہے گا۔ 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 پانسٹنگ 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۔

وصولی

پہلے چند دنوں میں آپ کی انگوٹھی میں درد اور سوجن محسوس ہوگی۔ یہ آہستہ آہستہ حل ہو جاتا ہے۔ اپنے ہاتھ کو تکیے پر اٹھائے رکھنا، خاص طور پر آرام کرتے یا سوتے وقت، سوجن کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے۔ درد سے نجات کا جو نسخہ ہم آپ کو دے رہے ہیں اسے ہدایت کے مطابق استعمال کریں، اور ہمیں بتائیں کہ کیا یہ کام نہیں کر رہا ہے۔

آپ ہسپتال سے اپنے انگوٹھے کے ساتھ گلاس یا سپلینٹ میں چھوڑ دیں گے۔ یہ مرمت کی حفاظت کرتا ہے جبکہ یہ شفا دیتا ہے، لہذا اسے خشک رکھیں اور اپنے دوسرے ہاتھ کو کاموں کے لئے استعمال کریں جیسے لباس پہننا اور کھانا تیار کرنا۔ ہم دس دن تک پٹی لگا کر چھوڑتے ہیں اور جب ہم آپ سے ملتے ہیں تو اسے بدل دیتے ہیں یا ہٹاتے ہیں۔ آپریشن کے بعد ہاتھ تھریاپی توسیع بحالی میں روبی Doplan ساتھ ہے۔ روبی آپ کی مشقوں کی رہنمائی کرے گی اور آپ کے انگوٹھے کی شفا کے طور پر آپ کی ضرورت ہے کسی بھی سپلینٹ بنا دے گی۔

تحریک مرحلے میں واپس آتی ہے۔ ابتدائی طور پر آپ صرف اپنی انگوٹھے کی نوک کو ہلا سکتے ہیں۔ جیسے جیسے سو جن کم ہوتی جائے گی اور مرمت مضبوط ہوتی جائے گی، آپ تھراپی میں پکڑنے اور چوٹ لگانے کی مشق کریں گے۔ روزمرہ کے کام جیسے کپ تھامنا یا چابی موڑنا آسان ہو جاتے ہیں کیونکہ آپ کی گرفت بغیر درد کے واپس آتی ہے۔

ایک بار جب آپ کا سرجن خوش ہو جائے کہ رباط ٹھیک ہو گیا ہے، تو آپ کو آہستہ آہستہ کام اور کھیل میں واپس آنے کی اجازت دی جائے گی۔ اس قسم کی مرمت کے ساتھ علاج کرنے والے کھلاڑیوں نے فوری طور پر اور اسی سطح کی سرگرمی کے ساتھ ٹھیکنے کے لئے واپس آئے ہیں جو وہ چوٹ سے پہلے تھے۔ کچھ لوگوں کو دوسروں کے مقابلے میں زیادہ وقت درکار ہوتا ہے، اور آپ کا ٹائمنگ لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور آپ کا اینڈ تھراپسٹ 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۔

بعض اوقات مرمت شدہ رباط دوبارہ زخمی ہو سکتا ہے، خاص طور پر اگر سرجری سے پہلے انگوٹھا طویل عرصے تک ڈھیلا تھا۔ آپ کو اپنے انگوٹھے میں اچانک دینے یا پاپ محسوس ہو سکتا ہے، جہاں مرمت پٹھنتی ہے وہاں تازہ درد کے ساتھ۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو ہمیں فوراً بتائیں۔ انگوٹھے کے پچھلے حصے پر ایک اعصاب آپریشن سائٹ کے قریب چلتا ہے۔ اگر آپریشن کے دوران یہ جل جاتا ہے تو آپ کو ایک نرم، چلتا ہوا مقام محسوس ہو سکتا ہے جسے چھونے میں تکلیف ہوتی ہے، بعض اوقات تیز تیز درد کے ساتھ۔ یہ آپ کے اگلے جائزہ لینے پر لائے تاکہ ہم اس کو حل کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

کوئی بھی زخم متاثر ہو سکتا ہے۔ کٹائی سے پھیلنے والی لالچ، گرمی، سو جن جو بہتر ہونے کے بجائے بدتر ہوتی ہے، یا گہرا دھڑکتا ہوا درد جو سادہ درد سے دور نہیں ہوتا۔ آپ کو زخم سے سیال یا پون چھڑکارا دیکھ سکتے ہیں، یا بخار محسوس کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کو ان علامات میں سے کوئی بھی نظر آنے تو کلینک کو کال کریں۔

ہڈی میں سلائوں کو تھامنے والے چھوٹے لنگر کبھی کبھار جلن کا سبب بن سکتے ہیں۔ یہ عام طور پر آپ کے انگوٹھے کی بنیاد پر ہڈی پر درد یا نرمی کی طرح محسوس ہوتا ہے، خاص طور پر جب آپ پکڑتے ہیں یا چوٹ لگاتے ہیں۔ اپنے جائزہ میں اس کا ذکر کریں؛ یہ اکثر حل ہو جاتا ہے، لیکن بعض اوقات لنگر کو توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔

کچھ لوگوں کو انگوٹھے کے جوڑ میں ہلکا سا درد محسوس ہوتا ہے جب وہ چوٹ لگاتے ہیں یا پکڑتے ہیں، یہاں تک کہ جوڑ ٹھیک ہونے کے بعد بھی۔ دوسروں کو لگتا ہے کہ انگوٹھے پہلے کی طرح بالکل نہیں جھکتے، زیادہ تر جوڑ کے پیچے اور جوڑ کے وسط میں۔ یہ تبدیلیاں عام طور پر معمولی ہیں۔ آپ کے جائزے میں ان کو اٹھائیں تاکہ آپ کا معالج آپ کے ساتھ ان پر کام کر سکے۔

کچھ لوگوں کو معلوم ہوتا ہے کہ ان کی چوٹ کی طاقت ان کی دوسری انگوٹھے سے تھوڑی کم ہے جب سب کچھ ٹھیک ہو جائے۔ اینڈ تھراپی آپ کو زیادہ سے زیادہ طاقت حاصل کرنے میں مدد دے سکتی ہے۔

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 کٹ کے ارد گرد لالی پھیلنے کا احساس ہو تو ہمیں کال کریں، اس سے سیال یا پون کا بہاؤ، یا آپ کو بخار محسوس ہوتا ہے۔ اگر آپ کا درد کم ہونے کے بجائے بڑھتا رہتا ہے تو ہمیں کال کریں۔ اگر آپ کو اچانک شدید درد، آپ کے پاؤں میں سو جن، یا سانس کی قلت ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر آپ کے انگوٹھے یا ہاتھ میں بے حسی پیدا ہو جائے، رنگ بدل جائے یا آپ اسے بالکل بھی حرکت نہ دے سکیں۔ اگر آپ کو اچانک دباؤ محسوس ہوتا ہے یا آپ کے انگوٹھے میں تازہ درد کے ساتھ پاپ ہوتا ہے تو ہمیں فوراً بتائیں۔