

ہپ آرتھر و سکوپ

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

ہماری پریکٹس کے ہپ سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا ہپ آرتھر و سکوپ پیش کرتے ہیں۔ یہ ایک ایسا آپریشن ہے جس میں ہپ کے اندرونی حصے میں ہونے والی پریشانیوں کا علاج کرنے کے لیے چھوٹے چھوٹے کٹ اور کیرے کا استعمال کیا جاتا ہے۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے جی پی کے ذریعہ ہمارے کلینک کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ اگر کسی فیزیوتھیراپسٹ نے آپ کو ہمارے پاس آنے کی تجویز دی ہے تو، آپ کو میڈیکلر چھوٹ کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ ہم آپ کی تاریخ کا جائزہ لیں گے، آپ کے ہپ کا معائنہ کریں گے، اور جہاں ضرورت ہو وہاں ایکس رے، ایم آر آئی یا سی ٹی اسکین جیسے امیجنگ کا بندوبست کریں گے۔ ہم اس آپریشن کی تجویز کرنے کی بنیادی وجہ ہپ کے سامنے اضافی ہڈی کی وجہ سے لیمرم اور غضروف کا استعمال ہے، ایک ایسی حالت جسے فیموروسیتابولر ایمپلمنٹ یا ایف اے آئی کہا جاتا ہے۔ یہ لیمرل آسوز، لٹھانی کے ڈھیلے ٹکڑوں، اور ہپ کی عدم استحکام کی کچھ وجوہات کے ساتھ بھی مدد کر سکتا ہے۔

ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں، جیسے آپ کی سرگرمیوں کو تبدیل کرنا اور فیزیوتھیراپسٹ کے ساتھ کام کرنا۔ آپریشن اس کے بعد ہوتا ہے جب ان اقدامات سے آپ کو کافی بہتری نہیں ملی ہو۔ اس کا مقصد آپ کی کمر کے درد کو دور کرنا ہے اور آپ کو چلنے بیٹھنے، دوڑنے اور کھومنے میں مدد ملتی ہے۔ آپریشن کے لئے صحیح وجوہات کے ساتھ، ہر عمر کے لوگ بہتر ہو سکتے ہیں، اور آپریشن کا مقصد لٹھیا کی ترقی کو بھی سست کرنا ہے۔

آپریشن سے پہلے

سرجری سے پہلے کے ہفتوں میں، ہم ایکس رے، ایم آر آئی یا الٹراساؤنڈ جیسے امیجنگ کا استعمال کرتے ہوئے منصوبہ کی تصدیق کرتے ہیں، اور ہم آپ کو بتائیں گے کہ آپ کو کون سا اسکین درکار ہے۔ اس دن سے سات گھنٹے پہلے کھانا اور پینا بند کر دیں۔ ہم سات گھنٹے کے لئے پوچھیں تاکہ ہم آپ کے آپریشن کو آگے بڑھا سکتے ہیں اگر تھیر کی فہرست پہلے چلتی ہے۔ سرجری سے پہلے کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہے، اور آپ کا سرجن آپ کو آپ کی اپنی ادویات کے بارے میں عین مطابق ہدایات دے گا۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست لے کر آئیں، بشمول کسی بھی پیینٹس۔ اس کے بعد کسی کو آپ کو گھر تک پہنچانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ آرام دہ اور پرسکون لباس پہنیں جو پہننا اور اتارنا آسان ہو۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو دن سے پہلے خون کے ٹیسٹ یا اینسٹھیذا کے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اس دن

آپ ہسپتال کے سرجیکل داخلہ یونٹ میں پہنچیں گے، جہاں آپ کی جانچ پڑتال کی جائے گی اور تھیر کے لئے تیار کیا جائے گا۔ اس کے بعد آپ بیہوش کرنے والے ڈاکٹر سے ملیں گے جو آپ کو بیہوش کرے گا اور آپریشن کے دوران آپ کی دیکھ بھال کرے گا۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیٹھیزیا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے کبھی کبھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹھیٹھیزنٹ 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 جائے گا آپ بحالی کے علاقے میں جاگ جائے گا۔ نرسیں آپ کی نگرانی کریں گی جب تک کہ بیہوش کرنے کا اثر ختم نہ ہو جائے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جائیں تو، آپ یا تو کسی وارڈ میں منتقل ہو جائیں گے یا اسی دن گھر جائیں گے، اس پر منحصر ہے کہ آپ کا طریقہ کار اور آپ کی بحالی کیسے چل رہی ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

ہپ آر تھرو سکوپ ایک کچھ بھول آپریشن ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے ہپ کے ارد گرد دو یا تین چھوٹی سی کٹوتیاں کرتا ہے، ہر ایک تقریباً 1 سینٹی میٹر لمبی ہوتی ہے۔ ان کٹوتیوں کے ذریعے وہ ایک پتلا کیمرا اور چھوٹے آلات جوڑوں کے اندر رکھتے ہیں۔ آلات کے اندر جانے سے پہلے، آپ کی ٹانگ کو ہلکے سے کھینچ کر رکھا جاتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ جوڑ کو کھولنے کے لئے ٹانگ کو مسلسل کھینچ لیا جاتا ہے جس سے کینڈ اور ساکٹ کے مابین ایک چھوٹی سی کام کی جگہ پیدا ہوتی ہے۔ ایس رے رہنمائی آپ کے سرجن کو چھوٹے کٹوتیوں کے لئے صحیح مقامات تلاش کرنے اور ہپ کے اندر محفوظ طریقے سے کام کرنے میں مدد دیتی ہے۔ ایک بار اندر، آپ کا سرجن اس مسئلے کا علاج کرتا ہے جو آپ کے اسکلین پر پایا گیا تھا۔ FAI کے لئے، اس کا مطلب ہے کہ ہپ کے سامنے اضافی ہڈی کو کاٹنا ہے جو labrum اور cartilage کو تنگ کر رہا ہے۔ ٹوٹے ہوئے لیمرم کو ہموار یا ٹھیک کیا جاسکتا ہے۔ غضروف کے ڈھیلے ٹکڑے نکالے جاسکتے ہیں۔ اس کا مقصد حرکت کے دوران ہڈی کی گرفت کو روکنا اور مشترکہ سطح کی حفاظت کرنا ہے۔ آپریشن کے اختتام پر، آپ کا سرجن مشترکہ کے ارد گرد ٹشو کی پرت کو بند کر دیتا ہے، جسے کیسول کہا جاتا ہے۔ اس پرت کو دوبارہ جوڑنا ہپ کو مستحکم رکھنے میں مدد کرتا ہے کیونکہ یہ شفا بخشتا ہے۔ جلد کی چھوٹی چھوٹی کٹوتیوں کو پھر سلائینوں سے بند کیا جاتا ہے اور ڈریسنگ سے ڈھانپ دیا جاتا ہے۔

آپریشن ہپ کے مختلف حصوں میں مسائل کا علاج کرتا ہے: مرکز ڈیٹرون (پالی اور ساکٹ مشترکہ)، پردی ڈیٹرون (مشترکہ استر کے بالکل باہر)، اور peritrochanteric ڈیٹرون (ہپ کا بیرونی حصہ جہاں کچھ tendons پھٹتے ہیں)۔ آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ آپ کے معاملے میں کون سے علاقے شامل ہیں۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جاگ جائے گا، پھر آپ کو مستحکم ہیں ایک بار وارڈ میں منتقل۔ آپ کے کوہر میں درد اور سختی محسوس ہوگی، اور نرسیں آپ کو آرام دہ رکھنے کے لئے آپ کو درد سے نجات دلائیں گی۔ گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لیے کوئی آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ آپ کو چھوٹی چھوٹی کٹوتیوں پر ڈریسنگ دی جائے گی، اور ہم لاس ڈریسنگ کو تقریباً 10 دن تک لگائے رکھیں گے؛ براہ کرم اس سے پہلے اسے نہ اتاریں جب تک ہم آپ کو ایسا نہ کہیں۔ جب ہم آپ کو دیکھیں گے تو ہم اسے تبدیل یا ہٹا دیں گے۔ زیادہ تر لوگ سرجری کے فوراً بعد کھٹولوں سے چلنا شروع کر دیتے ہیں، اور آپ کا فیزیوتھیراپسٹ آپ کے پہلے قدموں کی رہنمائی کرے گا۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات اسپتال میں رہیں گے۔

وصولی

آپ کی ہپ پہلے چند دنوں کے لئے درد اور سخت محسوس کرے گا۔ ہپ اور ران کے ارد گرد سوجن ہونا نارمل ہے اور دن گزرنے کے ساتھ ساتھ یہ کم ہو جاتی ہے۔ آرام، آئس اور آپ کے لئے مقرر درد ریلیف تکلیف کو کم کرے گا۔ جیسا کہ پہلے بیان کیا گیا ہے، تقریباً 10 دن کے لئے ڈریسنگ پر رکھیں۔

ابتدائی دنوں میں آپ کھٹولوں کے ساتھ چلیں گے، اور آپ کا فزیوتھیراپسٹ آپ کے پہلے قدموں کی رہنمائی کرے گا۔ آپریشن کے فوراً بعد آپ ہلکی مشقیں شروع کریں گے۔ یہ گھریں یا باقاعدہ فزیوتھیراپی سیشنوں کے ساتھ کیا جاسکتا ہے۔ دونوں ہی اچھی طرح سے کام کرتے ہیں، لہذا آپ اس کا انتخاب کر سکتے ہیں جو آپ کے مطابق ہو۔ آپ کلہوگرام آپ کے اپنے اہداف اور روزمرہ کے تقاضوں کے مطابق تیار کیا جائے گا، اور آپ کا فزیوتھیراپسٹ آپ کی پیش رفت کو قریب سے دیکھے گا تاکہ ہپ کے ارد گرد نرم ٹشوز کو جلنے سے بچایا جاسکے۔

جب درد کم ہو جائے گا، تو آپ پہلے اپنے چلنے پھرنے کا احساس کریں گے۔ قدم کی لمبائی، چلنے کی رفتار اور آپ کے معمول کے روزانہ قدموں کی گنتی واپس آتی ہے جیسے آپ بحالی کے ابتدائی مرحلے میں منتقل ہوتے ہیں۔ ایک بار جب آپ کا سرجن آپ کو ڈرائیونگ کی اجازت دے دے، اور آپ کو شدید درد کی دوائیوں سے نجات مل جائے اور آپ ایمرجنسی اسٹاپ میں رد عمل ظاہر کر سکیں، تو آپ دوبارہ ڈرائیونگ کر سکتے ہیں۔ ہمارے علیحدہ گائیڈ میں قوانین کا تفصیل سے احاطہ کیا گیا ہے۔ جب آپ کی طاقت اور نقل و حرکت واپس آجائے تو آپ کام پر واپس جاسکتے ہیں اور بعد میں کھیلوں میں، اپنی ٹیم کے ساتھ طے کردہ سنگ میل پر عمل کرتے ہوئے۔

صحت یابی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے۔ آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے، اور آپ کا سرجن اور فزیوتھیراپسٹ آپ کو ہر مرحلے 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۔

کچھ لوگوں کو سرجری کے بعد ہپ، کمبریا ران کے ارد گرد numbness، tingling یا تبدیل شدہ احساس کا ایک ٹکڑا محسوس ہوتا ہے۔ یہ نیورپرائیوٹا ہوتا ہے، ایک اعصاب کی عارضی جلن۔ یہ عام طور پر خود بخود ختم ہو جاتا ہے، لیکن اگر یہ نہیں ہوتا تو اگلے معائنہ میں اپنے سرجن کو بتائیں۔ ایسی بے حس یا کمزوری جو اچانک ظاہر ہوتی ہے اور کم نہیں ہوتی اسے جلد سے جلد رپورٹ کیا جانا چاہئے۔

آپریشن کے دوران ٹانگ ٹریکشن میں رکھی جاتی ہے، جس کا مطلب یہ ہے کہ ہپ مشترکہ کھولنے کے لئے مسلسل نکالا جاتا ہے۔ یہ دباؤ کبھی کبھار اعصاب کو چڑھا سکتا ہے یا کمبریا کو لہوؤں کے قریب جلد کو متاثر کر سکتا ہے۔ اگر آپ کو جلد کے کسی حصے میں درد محسوس ہوتا ہے یا کمبریا تولیدی علاقے میں سوجن محسوس ہوتی ہے تو اپنی ٹیم کو بتائیں۔

آلات کو چھوٹے چھوٹے کٹوتیوں کے ذریعے جوڑ کے اندر رکھا جاتا ہے، اور کارٹیلج یا لیمرم کو کبھی کبھار لٹایا جاسکتا ہے جب وہ اندر جاتے ہیں۔ آپ کا سرجن اس سے بچنے کے لئے احتیاط سے کام کرتا ہے۔ اگر آپ کی ہپ آپریشن کے بعد کے ہفتوں میں بہتر ہونے کے بجائے بدتر محسوس ہوتی ہے تو، اسے جائزہ میں لائیں۔

ہپ کبھی کبھار اس آپریشن کے بعد غیر مستحکم ہو سکتا ہے، اور غیر معمولی معاملات میں یہ باہر نکل سکتا ہے۔ ایک dislocation گیند ساکٹ سے باہر آتا ہے کا مطلب ہے۔ اگر آپ کی ہپ اچانک گرتی ہے، بند ہو جاتی ہے یا آپ اسے منتقل نہیں کر سکتے ہیں تو، ایمرجنسی ڈپارٹمنٹ میں جائیں۔

ہپ کے بالکل نیچے ران کی ہڈی کا ٹوٹنا ایک نایاب پیچیدگی ہے۔ سرجری کے بعد ران یا کمبریا میں اچانک شدید درد، خاص طور پر جب ٹانگ پر وزن ڈالا جاتا ہے تو فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔

کسی بھی آپریشن کے بعد ٹانگوں کی رگوں میں خون کے جمنے کی صورت پیدا ہو سکتی ہے۔ بجھڑے میں اچانک سوجن، گرمی یا نرمی کا مشاہدہ کریں۔ ان علامات کی فوری اطلاع دیں۔ آپ کی ٹیم آپ کے اپنے خطرے کے عوامل کا جائزہ لے گی اور فیصلہ کرے گی کہ آپ کو خون کے جمنے کو روکنے کے لئے دوائی کی ضرورت ہے یا نہیں۔

انفیکشن غیر معمولی ہے۔ اگر چھوٹے چھوٹے زخموں کے ارد گرد کی جلد سرخ، گرم، سوجن ہو جاتی ہے یا اس سے سیال نکلتا ہے، یا آپ کو بخار محسوس ہوتا ہے تو فوری طور پر کلینک سے رابطہ کریں۔

کچھ ہپس سخت ہو جاتے ہیں، یا مشترکہ کے ارد گرد نرم وٹکوں میں نئی ہڈی کے چھوٹے ٹکڑے بنتے ہیں۔ ایک کلک یا پسینے کا احساس، یا ایسی حرکت جو ورزش کے ساتھ ڈھیلی نہیں ہوگی، جائزہ لینے کے وقت اس کا ذکر کرنے کے قابل ہے۔

کچھ لوگوں کو بعد میں مزید آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے، یا تو ایک اور کچھ ہول آپریشن یا، کچھ معاملات میں، ہپ تبادلہ۔ اگر آپ کا درد واپس آجائے یا مکمل طور پر ختم نہ ہو تو آپ کا سرجن آپ کا دوبارہ جائزہ لے گا اور آپ کے اختیارات پر تبادلہ خیال کرے گا۔

اگر آپ تفصیلات چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کی میزعام شرحوں کی فہرست دستی ہے۔

ہمیں کب کال کریں

زیادہ تر مسائل پہلے دنوں یا ہفتوں میں ظاہر ہوتے ہیں۔ ہمیں کال کریں اگر آپ کو بخار محسوس ہوتا ہے، یا چھوٹے زخموں کے ارد گرد کی جلد سرخ، گرم، سوجن ہو جاتی ہے یا سیال رونے لگتی ہے۔ ہمیں کال کریں اگر آپ کے بجھڑے اچانک سوجن، گرم یا نرم ہو جاتا ہے، یا اگر آپ کو سانس کی قلت ہو جاتی ہے۔ ہمیں اپنے پاؤں میں کسی بھی نئے numbness، tingling یا کمزوری کے بارے میں بتائیں جو آرام نہیں کرتا، یا کمزور یا چھوڑے کے قریب جلد کی ایک تکلیف دہ جگہ۔ اگر آپ کے ہپ، ران یا کمر میں اچانک شدید درد ہو، خاص طور پر جب آپ اپنی ٹانگ پر وزن ڈالیں تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر آپ کا ہپ اچانک گر جاتا ہے، بند ہو جاتا ہے یا آپ اسے حرکت نہیں دے سکتے ہیں تو ہنگامی حالت میں جائیں۔