

ران کی گردن کا ٹوٹنا

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

femur کی ایک ٹوٹی ہوئی گردن کا مطلب ہے کہ آپ کے ہپ میں ہڈی صرف مشترکہ کی گیند کے نیچے ٹوٹ گیا ہے۔ درد عام طور پر کم، بیرونی ہپ، یا ران کے سامنے نیچے محسوس کیا جاتا ہے۔ یہ اکثر اتنا شدید ہوتا ہے کہ آپ اس ٹانگ پر وزن نہیں ڈال سکتے۔

[صفحہ ۲۱ پر تصویر] یہ دونوں علامات اس وجہ سے ہوتی ہیں کہ ہڈی کے ٹوٹے ہوئے ٹکڑے اپنی جگہ سے ہٹ گئے ہیں۔

کبھی کبھی وقفہ بالکل نہیں ہٹایا جاتا ہے۔ یہ دراڑیں اٹھانا مشکل ہو سکتا ہے، اور درد ہلکا ہو سکتا ہے۔ آپ اب بھی چلنے کے قابل ہو سکتے ہیں، یا ایک مختصر فاصلے کو روک سکتے ہیں۔ جب آپ ٹانگ کو ہلاتے ہیں، کرسی سے اٹھتے ہیں یا سیڑھیاں چڑھتے ہیں تو کمزور ہپ میں درد اکثر بڑھ جاتا ہے۔ اس ٹانگ پر اکیلے کھڑا ہونا بھی عام طور پر تکلیف دہ ہوتا ہے۔

کچھ ٹوٹنے کرنے یا کسی سخت دھچکے کے بعد ہوتے ہیں۔ دوسرے تناؤ سے ہونے والے فریکچر ہیں، چھوٹے پھٹے جو وقت کے ساتھ بڑھتے جاتے ہیں نہ کہ ایک چوٹ کی وجہ سے۔ تناؤ کے ٹوٹنے کے ساتھ، درد سرگرمی کے دوران آتا ہے اور آرام کے ساتھ کم ہوتا ہے، اور یہ رات میں درد ہو سکتا ہے یا جب آپ بیٹھنے یا لیٹنے کے بعد پہلی بار حرکت کرتے ہیں۔

روزمرہ کے کام جو مضبوط ہپ کی ضرورت ہوتی ہیں مشکل ہو جاتے ہیں۔ ٹوائلٹ میں داخل ہونا اور اتارنا، شاور میں قدم رکھنا، میل باکس تک چلنا، یا خریداری کی ٹوکری اٹھانا سب بہت زیادہ ہو سکتا ہے۔ آپ کو معلوم ہو سکتا ہے کہ آپ جوتے اور جوتے پہننے کے لیے اپنی ٹانگ نہیں اٹھا سکتے۔

اگر آپ گر چکے ہیں اور آپ کے ہپ درد کو حل نہیں ہوتا ہے، یا آپ وزن برداشت نہیں کر سکتے ہیں، فوری طور پر طبی دیکھ بھال حاصل کریں۔ ان میں سے کچھ فریکچر پہلی ایکس رے پر نہیں دکھائی دیتے۔ اگر درد جاری رہتا ہے تو، اس کے منتقل ہونے سے پہلے ٹوٹنے کو تلاش کرنے کے لئے مزید اسکین کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اصل میں کیا ہو رہا ہے

آپ کے ہپ ایک گیند اور ساکٹ مشترکہ ہے۔ گیند آپ کی ران کی ہڈی کے اوپری حصے میں ہوتی ہے، اور ہڈی کا وہ چھوٹا ٹکڑا جو اس گیند کو باقی ران سے جوڑتا ہے اسے ران کی گردن کہتے ہیں۔ تختوں کی گردن کا ٹوٹنا اس مختصر رابطے کے ٹکڑے کے ذریعے ایک دراڑ ہے۔

گردن آپ کے جسم اور آپ کی ٹانگ کے درمیان تمام بوجھ اٹھاتی ہے، تھوڑا سا اس ستون کی طرح جو بالکنی کو تھامے ہوئے ہے۔ اس کے علاوہ یہ ٹشو کی ایک تنگ آستین میں لپیٹا ہوا ہے، اور اس آستین کے اندر سے جوڑ کی گیند کو خون کی فراہمی ہوتی ہے۔ ٹوٹے ہوئے ہڈیوں

سے یہ ٹوٹنے مختلف ہیں۔ جب گردن پھٹ جاتی ہے تو، گیند کو کھانا کھلانے والے برتنوں کو کھینچ، دبایا پھاڑ دیا جا سکتا ہے۔ خون کے بغیر، ہڈی صحت مند نہیں رہ سکتی یا اچھی طرح سے شفا نہیں دے سکتی۔

یہی وجہ ہے کہ دو قسم کے وقفے بہت مختلف طریقے سے برتاؤ کرتے ہیں۔ اگر ٹکڑے ٹکڑے منتقل نہیں ہوئے ہیں تو، خون کی فراہمی عام طور پر اب بھی کام کر رہی ہے اور ہڈی باندھ سکتی ہے۔ اگر ٹکڑے ٹکڑے ہو چکے ہیں، تو برتنوں کو نقصان پہنچنے کا زیادہ امکان ہے، اور مشترکہ کی گیند خطرے میں ہے۔ تقریباً تین چوتھائی ان وقفوں میں بال میں خون کے بہاؤ کا کچھ نقصان شامل ہوتا ہے، حالانکہ ان میں سے زیادہ تر میں بہاؤ تقریباً چھ ہفتوں کے اندر واپس آجاتا ہے۔

دیگر ہڈیوں کے مقابلے میں یہاں شفا یابی بھی سست ہوتی ہے۔ گردن اس تنگ آستین کے اندر رہتی ہے، لہذا ٹوٹے ہوئے سرے موٹی، گلو جیسی کالوس نہیں بنا سکتے جو آپ دیکھتے ہیں جب دوسرے فریکچر ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ ہڈی کو اندر سے ٹھیک ہونا پڑتا ہے، جس کا مطلب ہے کہ ٹکڑوں کو بہت مستحکم رکھا جانا چاہئے اور مرمت کی کامیابی کے لئے اچھی طرح سے سیدھا ہونا چاہئے۔

ایک اور وجہ ہے کہ یہ وقفے اہم ہیں۔ وہ اکثر اس جگہ ہوتے ہیں جہاں ہڈی پتلی اور کمزور ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے فریکچر نازک ہڈی کے ساتھ ساتھ ایک ہی چوٹ کی بھی علامت ہے۔ اور جب ٹوٹے ہوئے ٹکڑے ٹکڑے ہو جاتے ہیں، ٹانگ مختصر ہو جاتی ہے اور پاؤں باہر نکل جاتا ہے، جو کہ بالکل وہی ہے جو آپ نے اوپر کے حصے میں دیکھا ہو گا۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

ڈاکٹر کیران ہیر پارا، میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیملپٹن 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 فزیوتھراپسٹ 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۔ کلینک کے دورے پر ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کے ہپ کا معائنہ کرتے ہیں، اور جہاں اس کی ضرورت ہوتی ہے وہاں امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں۔ X-rays پہلے آتے ہیں۔ اگر ایکسی رے نارمل دکھائی دیتا ہے لیکن آپ کا درد برقرار رہتا ہے، تو ہم سی ٹی اسکین یا ایم آر آئی اسکین کا حکم دے سکتے ہیں، کیونکہ ان میں سے کچھ وقفے پہلی فلموں پر ظاہر نہیں ہوتے ہیں۔

ایک ٹوٹا ہوا ہپ ایک ساختی چوٹ ہے، لہذا زیادہ تر لوگوں کے لئے آرام اور فزیوتھراپی کی آزمائش کے بجائے فوری طور پر سرجری کی سفارش کی جاتی ہے۔ علاج کا مقصد ٹوٹے ہوئے ٹکڑوں کو اب بھی برقرار رکھنا اور اچھی طرح سے سیدھا کرنا ہے تاکہ ہڈی اندر سے ٹھیک ہو سکے، اور مشترکہ کی گیند کو خون کی فراہمی کی حفاظت کی جاسکے۔ کچھ لوگوں کے لئے ایک چھوٹی سی شگاف سے کہ بالکل منتقل نہیں کیا گیا ہے، ہم آپریشن کے بغیر شفا کے لئے ہڈی کو چھوڑنے کے بارے میں بات چیت کر سکتے ہیں۔ اس راستے کا مطلب ہے کہ 4 سے 6 ہفتوں تک پاؤں سے دور رہنا، اور ایک حقیقی موقع ہے کہ بعد میں وقفے کی تبدیلی ہوتی ہے اور کسی بھی طرح سرجری کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہم یہ ایک ساتھ وزن۔

جب سرجری منصوبہ ہے، تو انتخاب آپ کی عمر، ٹوٹنے کی قسم، اور کیا ٹکڑے ٹکڑے منتقل ہو گئے ہیں پر منحصر ہے۔ نوجوان لوگوں کے لئے اور جو اب بھی کام یا ٹھیل میں سرگرم ہیں، ہمارا مقصد آپ کے اپنے جوائنٹ کی گیند کو بچانا ہے۔ ہڈی کو سیدھا کیا جاتا ہے اور دھات کے ساتھ رکھا جاتا ہے، اکثر پیچ یا ران کے اس حصے کے لئے تعمیر شدہ پلیٹ اور سکرو آگے ہوتا ہے۔ کچھ ٹوٹنے کے لئے، خاص طور پر جہاں ٹکڑے منتقل ہو چکے ہیں یا ہڈی نازک ہے، ہم اس کے بجائے حصہ یا ہپ مشترکہ کی جگہ لے سکتے ہیں۔ اگر پہلا آپریشن کام نہیں کیا ہے تو، ہپ کی تبدیلی اب بھی ایک اچھی طرح سے برداشت اور موثر آپشن ہے۔ ہم اس کے ذریعے بات کریں گے جس کا آپشن آپ کی چوٹ کے مطابق ہے، اور آپ ہمارے ساتھ مل کر فیصلہ کرتے ہیں۔

کیا توقع کریں

ران کی گردن کا ٹوٹنا آپ کے ایک دن سے دوسرے دن تک چلنے کے انداز کو بدل دیتا ہے، نہ کہ آپ کو لپک ہی لمحے میں کیسا محسوس ہوتا ہے۔ مستقبل کا اندازہ آپ کی عمر، ٹوٹنے کی قسم اور اس بات پر منحصر ہے کہ آیا ٹکڑے ٹکڑے منتقل ہو گئے ہیں۔ زیادہ تر لوگوں کا علاج

کامیابی سے ہوتا ہے، اور بہت سے لوگ وہ سرگرمیاں دوبارہ شروع کر دیتے ہیں جو وہ چوٹ لگنے سے پہلے کر رہے تھے۔ صحت یابی آہستہ آہستہ ہوتی ہے۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر]

مقرر کرنے کے لئے ایمانداری حدود ہیں۔ کچھ لوگوں کی ہپ کی کارکردگی پہلے کی نسبت کم رہتی ہے، اور کچھ کو بعد میں مزید سرجری کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر مشترکہ کی کینڈ خون کی فراہمی کھو دیتی ہے، یا ہڈی ایک ٹوٹ پوزیشن میں بیٹھتا ہے، نتیجہ بدتر ہے۔ 15 ملی میٹر سے زیادہ کا زوال شفا یابی کے مسائل اور فنکشن کے زیادہ نقصان سے منسلک ہے۔ تقریباً ہر 6 میں سے 1 شخص ہپ فریکچر کے بعد کم از کم 10 سال زندہ رہتا ہے، جو ہپ فریکچر کے بجائے بہت سے لوگوں کی عمر اور عمومی صحت کی عکاسی کرتا ہے۔

ٹوٹے ہوئے ہپ کو اکیلے چھوڑنا شاذ و نادر ہی ایک محفوظ آپشن ہوتا ہے۔ اگر ٹکڑے ٹکڑے ہو گئے ہیں، تو انتظار کرنے سے خون کی فراہمی کو پہنچنے والے نقصان کو آگے بڑھنے کی اجازت ملتی ہے، لہذا مشترکہ کی حفاظت اور فنکشن کو بہتر بنانے کے لئے ان وقفوں کا فوری طور پر علاج کیا جاتا ہے۔ یہاں تک کہ ایک دراڑ جو منتقل نہیں ہوتی ہے ایک واضح منصوبہ کی ضرورت ہے، کیونکہ یہ بعد میں منتقل ہو سکتا ہے۔ یہ فریکچر ہڈیوں میں بھی ہوتے ہیں جو پہلے سے ہی پتلی ہوتی ہیں، لہذا ٹوٹنا نازک ہڈی کے ساتھ ساتھ ایک ہی چوٹ کی علامت ہے۔ ہڈی کو مضبوط بنانا آپ کے دوسرے ہپ اور آپ کی طویل مدتی صحت کی حفاظت کا حصہ ہے۔

آپ کا سرجن آپ سے بات کرے گا کہ ثبوت آپ کی مخصوص چوٹ کے لئے کیا حملت کرتے ہیں، اور آپ کے لئے ایک حقیقت پسندانہ بحالی کی طرح لگتا ہے۔

کسی سے کب ملنا ہے

اگر آپ کو گرنا پڑا ہے یا آپ کو کوئی سخت دھچکا لگا ہے اور آپ اس ٹانگ پر وزن نہیں ڈال سکتے ہیں، یا ٹانگ باہر کی طرف مڑ کر چھوٹی دکھائی دیتی ہے تو فوراً ایمر جمنٹی ڈیپارٹمنٹ جائیں۔ یہ وقفے وقت کے لحاظ سے اہم ہیں: جتنی دیر تک ٹکڑے ٹکڑے منتقل رہتے ہیں، اتنے ہی زیادہ مشترکہ کی کینڈ خون کی فراہمی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔ اگر آپ کو کرنے کے بعد ہپ یا کمر میں درد ہے جو حل نہیں ہوا ہے، یہاں تک کہ اگر آپ اب بھی چل سکتے ہیں، کیونکہ ان میں سے کچھ وقفے پہلے ایکس رے پر ظاہر نہیں ہوتے ہیں۔ اگر آپ کو ران کی ہڈی کے فریکچر کا علاج کیا جا رہا ہے اور آپ کو اسی طرف ہپ میں درد جاری ہے تو، اس ہپ کو بھی چیک کرنے کے لئے لائے گئے ہیں۔ ہپ کی چوٹ کے بعد نیا یا بڑھتا ہوا درد بھی فوری معائنہ کا مستحق ہے۔