

بیکر کی سسٹ

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

بیکر کا کیسٹ سیال کی ایک جیب ہے جو آپ کے گھٹنے کے پیچھے بنتی ہے۔ آپ عام طور پر اسے اپنے گھٹنے کے پیچھے حصے میں ایک گانٹھ یا بھر کم ہونے کے احساس کے طور پر محسوس کریں گے، کبھی کبھی آپ کے پچھڑے تک پہنچ جاتے ہیں۔ یہ تنگ محسوس ہو سکتا ہے، خاص طور پر جب آپ گھٹنے کو مکمل طور پر جھکائیں یا سیدھا کریں۔

جسمانی سرگرمی کے بعد نالہ زیادہ نمایاں ہو جاتا ہے، اور یہ رات کو یا جب آپ پہلی بار اٹھتے ہیں تو درد ہو سکتا ہے۔ گہری گھٹنے ٹیکنا، گھٹنے ٹیکنا، یا پہاڑی سے نیچے چلنا تکلیف کو بڑھا سکتا ہے۔ کچھ لوگوں کو سوجن آرام کے ساتھ کم ہوتی ہے اور اپنے پیروں پر ہونے کے بعد دوبارہ واپس آتی ہے۔

بالغوں میں، یہ سیال کی تعمیر تقریباً کبھی کبھی ایک مسئلہ نہیں ہے۔ یہ عام طور پر گھٹنے کے جوڑ کے اندر ہونے والی کسی چیز کی طرف اشارہ کرتا ہے، زیادہ تر ٹیسٹس میں ایک آسٹرو، جو ہڈیوں کے درمیان غضروف کی بڑکی پید ہے۔ یہ بنیادی مسئلہ ہے جو اکثر درد کو چلاتا ہے، نہ صرف کیسٹ۔

[صفحہ ۲۱ پر تصویر] جوڑے اور جرابیں پہننے کے لیے جھکنا تکلیف دہ ہو سکتا ہے۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] اگر کیسٹ بڑا ہو جاتا ہے تو، آپ کے پچھڑے میں دباؤ آپ کے گھٹنے کو مکمل طور پر موڑنے یا آرام سے چلنے کے لئے مشکل بنا سکتا ہے۔

ایک کیسٹ کبھی کبھی لیک یا پھٹ سکتا ہے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو، سیال پچھڑے میں پھیل جاتا ہے اور اچانک سوجن اور درد کا سبب بن سکتا ہے جو ایک cramp کی طرح محسوس ہوتا ہے۔ اگر آپ کا پچھڑا گرم، بہت سوجن، یا کسی بھی چیز کے تناسب سے زیادہ تکلیف دہ ہو جاتا ہے، تو فوری طور پر طبی دیکھ بھال حاصل کریں۔

گھٹنے کے پیچھے زیادہ تر سستے اس طرح برتاؤ کرتے ہیں لیکن ہر گانٹھ ایک ہی چیز نہیں ہے۔ دیگر وجوہات موجود ہیں، اور اسکلینز ان کو الگ کرنے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ ایم آر آئی اسکلین، جو گھٹنے کے اندرونی حصے کی تفصیلی تصاویر لیتا ہے، عام طور پر انتخاب ہے کیونکہ یہ لٹھیا اور خود جوڑ کے اندر کسی بھی مسئلے کو ظاہر کرتا ہے۔

اصل میں کیا ہو رہا ہے

اپنے گھٹنے کے جوڑ کے بارے میں سوچیں کہ یہ ایک بند جگہ ہے جس میں ایک پتلی، پھسلن والی فلم ہے جو سیال بناتی ہے۔ یہ سیال جوڑوں کو آسانی سے چلنے دیتا ہے۔ جب گھٹنے کے اندر کوئی چیز جل جاتی ہے، جیسے ٹوٹا ہوا ٹیسٹس، تو اس کی استر اضافی سیال بناتی ہے۔ مفصل کے پاس یہ سب ڈالنے کے لئے کوئی جگہ نہیں ہے، لہذا اس میں سے کچھ گھٹنے کے پیچھے ایک چھوٹے سے قدرتی خلا کے ذریعے باہر نکل جاتا ہے

اور وہاں ایک چھوٹا سا ٹیک میں جمع ہوتا ہے۔ کہ ٹیک آپ محسوس کر سکتے ہیں گانٹھ میں swells۔ یہ ایک طرفہ والو کی طرح کام کرتا ہے: سیال اندر داخل ہو سکتا ہے، لیکن آسانی سے باہر نہیں نکل سکتا۔

آپ کی جسمانی ساخت کا ایک عام حصہ ہم میں سے اکثر کے پاس ایک گھٹنے کے پیچھے ہوتا ہے، جو جوڑوں کو حرکت دینے والے دو پٹنوں کے درمیان ہوتا ہے۔ یہ صرف ایک مسئلہ بن جاتا ہے جب یہ بھر جاتا ہے اور توسیع تو کیسٹ واقعی ایک قاصد ہے۔ یہ آپ کو بتاتا ہے کہ اندر کا جوڑنا خوش ہے، اور گانٹھ کا اکیلے علاج عام طور پر معاملات کو حل نہیں کرتا، کیونکہ والو کھلا رہتا ہے اور سیال آتا رہتا ہے۔

اس وجہ سے آپ کو جو درد اور تناؤ محسوس ہوتا ہے وہ صرف گھٹے کے سائز کے بارے میں نہیں ہوتا ہے۔ وہ ایک ہی ذریعہ سے آتے ہیں جو اسے بھرتا ہے: جوڑوں کے اندر کا لباس یا پھٹنا۔ جب اس بنیادی مسئلے کو حل کیا جاتا ہے، تو سستہ اکثر اپنے آپ سکر جاتا ہے یا غائب ہو جاتا ہے، بغیر کسی کے اسے چھونے کے۔

بچے ایک مختلف کہانی ہے۔ بچوں میں، یہ کیسٹ عام طور پر مشترکہ کے اندر کسی بھی مسئلے سے منسلک نہیں ہوتے ہیں، اور وہ تقریباً ہمیشہ اپنے آپ کو وقت دیا جاتا ہے۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

مٹر پرائیویٹ ہسپتال راک ہیملٹن کے آرٹھروپڈک سرجن ڈاکٹر کیران ہیر پارا کم سے کم جارحانہ آپشنز سے شروع کرتے ہیں جو آپ کی حالت کے مطابق ہوں۔ 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۔ آپ کی ملاقات پر ہم ایک تاریخ لے، آپ کے گھٹنے کا معائنہ، اور جہاں وہ کیا ہو رہا ہے باہر کام کرنے کے لئے کی ضرورت ہے اسکیں کا بندوبست۔

چونکہ بیکر کا کیسٹ عام طور پر مشترکہ کے اندر کسی مسئلے کی علامت ہوتا ہے، علاج وہاں سے شروع ہوتا ہے۔ ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں۔ اس کا مطلب ہے ایسی سرگرمیاں تبدیل کرنا جو گھٹنے کو اٹھاتی ہیں، اور فزیوتھراپی، جو آپ کے گھٹنے کی طاقت اور حرکت پر کام کرتی ہے اور جس کا مقصد اس جلن کو ختم کرنا ہے جو کیسٹ کو بھر رہی ہے۔ اسے کئی ہفتوں کے دوران ایک منصفانہ دو۔ کچھ کیسٹس سکر جاتے ہیں ایک بار جب ان کے نیچے جوڑ آباد ہو جاتا ہے، بغیر کسی کے آپریشن کے۔

اگر سادہ اقدامات کافی نہیں ہیں تو، اگلا قدم کچھ ہول سرجری ہے، جسے آرٹھرو سکوپ کیا جاتا ہے۔ سرجن ایک چھوٹے سے کیمرے کا استعمال کرتے ہوئے آپ کے گھٹنے کے اندر چھوٹے چھوٹے زخموں کے ذریعے دیکھتا ہے، اس مسئلے کو ڈھونڈتا ہے جو کیسٹ کو کھانا پھلاتا ہے، اور اس کا علاج کرتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ ٹوٹے ہوئے ٹینسکس کو کاٹنا یا خراب شدہ غضروف کو ہموار کرنا۔ کیسٹ خود کو ایک ہی وقت میں نکالا یا صاف کیا جا سکتا ہے، اکثر گھٹنے کے پیچھے ایک چھوٹا سا اضافی سوراخ کے ذریعے۔ جب مشترکہ مسئلہ کو اس طرح ٹھیک کیا جاتا ہے تو، کیسٹ عام طور پر پیٹھ جاتا ہے اور شاذ و نادر ہی واپس آتا ہے۔ بڑے کٹ کے ذریعے کھلی سرجری کے مقابلے میں، کچھ ہول علاج کا مطلب ہے چھوٹے زخم، کم خون، ایک مختصر آپریشن، اور پلاسٹری کی ضرورت نہیں ہے۔

کھلے سرجری بڑے کیسٹ کے لئے رکھا جاتا ہے، گھٹنے کے پیچھے گہری میٹھے ہیں، یا کچھ ہول کے علاج کے باوجود واپس آتے رہتے ہیں۔ سرجن گھٹنے کے پیچھے یا اندرونی حصے میں ایک کٹ کے ذریعے کیسٹ کو ہٹا دیتا ہے۔ یہ طریقہ کار محفوظ اور سیدھا ہے، اور یہ اس طریقے سے کیا جاتا ہے جو اس علاقے سے گزرنے والے اعصاب اور خون کی ویدوں کی حفاظت کرتا ہے۔

ہم اس کے ذریعے بات کریں گے کہ ہم نے آپ کے اسکیں پر کیا پایا ہے، ہر آپشن میں کیا شامل ہے، اور ہم آپ کے معاملے میں کیا تجویز کریں گے۔ آپریشن ایک مشترکہ فیصلہ ہے، اور آپ کو اس دن کا فیصلہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

کیا توقع کریں

زیادہ تر بالغوں کے لیے میکر کا کیسٹ خود بخود نہیں جاتا جب کہ جوڑوں کے اندر کا مسئلہ اسے ابھارتا رہتا ہے۔ غیر جراحی دیکھ بھال اکیلے اکثر ناکافی ہے۔ لٹھلی تھوڑی دیر کے لئے سکڑ سکتی ہے اور پھر سے بھر سکتی ہے، کیونکہ سیال اس ایک طرف والو کے ذریعے بہتا رہتا ہے۔ اگر بنیادی مشترکہ مسئلے کا اچھی طرح سے علاج کیا جائے تو، کیسٹ عام طور پر حل ہو جاتا ہے اور شاذ و نادر ہی واپس آتا ہے۔

اگر آپ کے پاس کچھ ہول کا علاج ہے، تو مقصد یہ ہے کہ جس چیز سے کیسٹ کو کھانا کھلایا جا رہا ہے اسے ٹھیک کیا جائے۔ جب یہ کیا جاتا ہے تو، کیسٹ عام طور پر غائب ہو جاتا ہے یا سکڑ جاتا ہے، اور بعض اوقات اس کا بقیہ حصہ صرف وقت کے ساتھ آپ کے جسم میں جذب ہو جاتا ہے۔ زخم عام طور پر بغیر کسی مشکل کے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ کلیدی سوراخ کا علاج نسبتاً straight سیدھا طریقہ کار ہے، اور جو لوگ اسے حاصل کرتے ہیں وہ اس کے نیچے کے ساتھ اچھے آرام کی اطلاع دیتے ہیں اور کیسٹ کی واپسی کا امکان کم ہے۔

آپ کا سرجن آپ کے ساتھ ایمانداری سے بات کرے گا کہ آپریشن کیا کر سکتا ہے اور کیا نہیں کر سکتا۔ زیادہ تر لوگوں کے لئے مشترکہ کا علاج کیے بغیر صرف کیسٹ کو ہٹانا مستقل حل نہیں ہے۔ گرہ واپس آنے کا رجحان رکھتا ہے۔ اس وجہ سے علاج صرف ٹھننے کے اندرونی حصے پر مرکوز ہوتا ہے، نہ کہ اُس کے پیچھے پانی جانے والی نالی پر۔

تجارت کے بارے میں جاننے کے قابل ہیں۔ کیسٹ کی دیوار کو صاف کرنے کے ساتھ ساتھ اسے نالی کرنے سے کیسٹ کے مکمل طور پر حل ہونے کا بہتر موقع ملتا ہے، لیکن اس میں تھوڑا سا زیادہ وقت لگتا ہے اور اس میں کسی حد تک پیچیدگیوں کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے جو صرف نالی کرنے سے ہوتا ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے اسکین کے نتائج کی بنیاد پر آپ کے ساتھ اس کا وزن کرے گا۔

ایک نایاب لیکن سنجیدہ چیز جس پر دھیان دیا جائے: اگر ایک کیسٹ پھٹ جائے اور آپ خون کو پتلا کرنے والی دوائی لے رہے ہوں تو آپ کے پچھڑے میں ہنسنے والا سیال وہاں دباؤ بڑھا سکتا ہے اور پٹھوں کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ اگر آپ کا پچھڑا گرم، بہت سوجن، یا کسی بھی چیز کے تناسب سے زیادہ تکلیف دہ ہو جاتا ہے، تو فوری طور پر طبی دیکھ بھال حاصل کریں۔

کسی سے کب ملنا ہے

اگر آپ کو اپنے ٹھننے کے پیچھے ایک گانٹھ نظر آئے جو بڑھتا رہتا ہے، یا اگر آپ کو مسلسل سوجن اور تکلیف ہے جو آرام نہیں کرتا ہے تو اپنے ڈاکٹر کو دیکھیں۔ ٹھننے کے پیچھے کیسٹ والے بالغوں میں اکثر مشترکہ کے اندر ایک مسئلہ ہوتا ہے، جیسے ٹوٹا ہوا مینیسکس، لہذا یہ ٹھننے کی جانچ پڑتال کرنے کے قابل ہے نہ کہ صرف گانٹھ۔

اگر کئی ہفتوں کے بعد سادہ اقدامات سے مدد نہیں ملی ہے، یا کیا ہو رہا ہے اس کا پتہ لگانے کے لئے اسکینز کی ضرورت ہے تو ایک ماہر جائزہ لینے کے لئے پوچھیں۔ اسم آر آئی اسکین عام طور پر انتخاب ہے، کیونکہ یہ گٹھائی اور مشترکہ کے اندر کسی بھی مسئلہ دونوں کو ظاہر کرتا ہے۔

اگر آپ کے پچھڑے میں گرمی، بہت سوجن، یا کسی بھی چیز کے تناسب سے زیادہ تکلیف ہو تو ہنگامی محکمہ میں جائیں، خاص طور پر اگر آپ خون کو پتلا کرنے والی دوائی لیتے ہیں۔ ایک پٹھنے والا کیسٹ پچھو میں دباؤ بڑھا سکتا ہے اور پٹھوں کو نقصان پہنچا سکتا ہے، اور اس کے لئے اسی دن تشخیص کی ضرورت ہے۔