

گھٹنے کی آرتھروسکوپي

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

میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیملٹن کے گھٹنے کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا 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 فیزیوتھراپسٹ 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۔ ہماری تشخیص ایک تاریخ لیتا ہے، آپ کے گھٹنے کا معائنہ کرتا ہے، اور جہاں ضروری ہے امیجنگ کا بندوبست کرتا ہے۔ طویل عرصے سے جاری مسائل کے لئے ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں، جیسے سرگرمی کی تبدیلی، فیزیوتھراپی، اسپلنٹنگ یا انجکشن۔ جب اس سے کافی بہتری نہیں آئی تو ہم سرجری پر غور کرتے ہیں۔

گھٹنے کی آرتھروسکوپي کچھ ہول سرجری ہے۔ سرجن ایک پتلی کمرے کا استعمال کرتے ہوئے آپ کے گھٹنے کے اندر چھوٹے چھوٹے کٹوتیوں کے ذریعے دیکھتا ہے، اور وہاں پائے جانے والے مسائل کا علاج کر سکتا ہے۔ ہم عام طور پر سوچن، تالا لگا، پکڑنے یا گھٹنے کے راستے کے ساتھ لوگوں کے لئے تجویز کرتے ہیں، جب معائنہ اور سادہ ایکس رے مشترکہ کے اندر ایک وجہ کی طرف اشارہ کرتے ہیں۔ اس آپریشن سے پہلے ہمیشہ ایم آر آئی اسکین کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ لباس اور آنسو آرٹھرائٹس کے لئے، ہم اسے 3 ماہ کے بعد مشق تھراپی کی سفارش کر سکتے ہیں آپ کے علامات کو کم نہیں کیا ہے۔ آپریشن کا مقصد درد کو دور کرنا اور آپ کے گھٹنے کی نقل و حرکت اور افعال کو بہتر بنانا ہے۔

آپریشن سے پہلے

آپ کے آپریشن سے پہلے، آپ کو سات گھنٹوں تک کھانا اور پینا چھوڑنا پڑے گا۔ ہم چھ کے بجائے سات گھنٹے کے لئے پوچھ رہے ہیں تاکہ ہم آپ کو آگے لے جاسکتے ہیں اگر تھیر کی فہرست پہلے چلتا ہے۔ آپ کا سرجن آپ کو بتلے گا کہ کون سی دوائیوں کو روکنا ہے اور کب روکنا ہے، لہذا آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست ساتھ لائیں۔ اس کے بعد کسی کو آپ کو گھر پہنچانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ گاڑی چلانے کے قابل نہیں ہوں گے۔ اس میں ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔ ایکس رے یا ایم آر آئی اسکین جیسے امیجنگ سے آپریشن کی منصوبہ بندی میں مدد ملتی ہے، اور آپ کی تشخیص سے ہمیں پہلے ہی یہ معلومات مل جائیں گی۔ اگر آپ کو دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا سیوش کرنے والے کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے، لیکن زیادہ تر لوگ ایسا نہیں کرتے ہیں۔

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 اینسٹھیذا کے ماہر سے ملیں گے جو آپریشن کے دوران آپ کی اینسٹھیذا اور درد سے نجات کی دیکھ بھال کرے گا۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیذا

کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے کبھی کبھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹیزسٹ اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ پھر آپ کو آپریشن ٹیبلٹیں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

جب آپریشن ختم ہو جاتا ہے، آپ بحالی کے علاقے میں لٹھتے ہیں۔ نرسیں آپ کی دیکھ بھال کرتی ہیں جب تک کہ بیہوش کرنے والا اثر ختم نہ ہو جائے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جائیں تو آپ یا تو کسی وارڈ میں جائیں گے یا گھر جائیں گے، اس کا انحصار طریقہ کار اور آپ کی بحالی پر ہے۔ بہت سے لوگ اسی دن گھر جاتے ہیں۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

گھٹنے کی آرٹھر و سکوپ کی کچھ ہول سرجری ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے گھٹنے کے سامنے کی طرف دو یا تین چھوٹے چھوٹے کٹا دیتا ہے۔ ہر کٹا تقریباً 1 سینٹی میٹر کا ہوتا ہے۔ ایک کٹ کے ذریعے ایک پتلا کیرہ جاتا ہے جو اسکرین پر جوڑ کے اندرونی حصے کو دکھاتا ہے۔ دوسرے کٹ پتلی آلات میں اجازت دی۔ کچھ مسائل گھٹنے کے پچھلے حصے میں ہوتے ہیں، اور ان تک پہنچنے کے لیے وہاں ایک اور چھوٹی سی کٹ کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

اندر کیا ہوتا ہے اس کا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ کے علامات کی وجہ کیا ہے۔ گٹھائی یا ہڈی کے ڈھیلے ٹکڑے جو گھٹنے کو لاک یا پکڑنے کا سبب بنتے ہیں کو ہٹا دیا جاسکتا ہے۔ ٹوٹے ہوئے مینیسکس، گھٹنے کو ڈھلننے والی ربڑ کی پیڈ، کو ہموار، مستحکم کنارے پر واپس کاٹا جاسکتا ہے۔ مشترکہ سطحوں پر پہنایا frayed cartilage ایک چھوٹا سا shaving آلہ کے ساتھ صاف کیا جاسکتا ہے۔ اگر غضروف کا نقصان ہڈی تک جاتا ہے، آپ کا سرجن اس ہڈی کی سطح میں چھوٹے چھوٹے سوراخ بنا سکتا ہے تاکہ یہ خون بہے۔ خون ایک لٹک بنتا ہے جو آہستہ آہستہ نئے، ہموار ٹشو کے ایک پیچ میں بدل جاتا ہے، ایک ایسا عمل جس میں تقریباً 8 ہفتوں کا وقت لگتا ہے۔ آپریشن کے دوران گھٹنے کو سیال کے ساتھ بھی دھویا جاتا ہے، جو لچکدار ریلے اور جلن والے ٹشو کو دھو دیتا ہے۔

زخم چھوٹے ہیں، لہذا انہیں سادہ سلائو یا پیٹیوں سے بند کیا جاتا ہے اور ڈریسنگ سے ڈھانپ دیا جاتا ہے۔ چونکہ زخم چھوٹے ہیں، اس لیے کوئی بڑا زخم نہیں ہے جسے شفا دی جائے۔ آرٹھر و سکوپ کے 4 ہفتوں بعد زیادہ تر لوگوں میں گھٹنے سے متعلق سرجری کی کوئی پابندی نہیں تھی، اور یہ آپریشن بہت سے لوگوں کے لئے دن کی سرجری کے طور پر کیا جاتا ہے۔ آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ گھٹنے کے اندر کیا پایا گیا تھا اور کیا علاج کیا گیا تھا، جو آپ کی بحالی کی منصوبہ بندی کی رہنمائی میں مدد کرتا ہے۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی دیکھ بھال کرتی ہیں جب تک کہ اینسٹیک کا اثر ختم ہو جائے۔ آپ کے گھٹنے پر چھوٹی چھوٹی کٹوتیوں پر ڈریسنگ لگ جائے گی، اور ہم اس 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۔ آپ کے جانے سے پہلے آپ کے لئے درد سے نجات کا منصوبہ بنایا جاتا ہے، اور آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا اور کب لینا ہے۔ زیادہ تر لوگ اسی دن نرسنگ اسٹاف کی مدد سے چلتے ہیں۔ گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لیے کوئی آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات اسپتال میں رہیں گے۔

وصولی

آپ کے گھٹنے میں پہلے چند دنوں تک درد اور سوجن رہے گی۔ سوجن عام طور پر ابتدائی طور پر بڑھتا ہے اور پھر مندرجہ ذیل ہفتوں میں بیٹھتا ہے۔ جب آپ بیٹھتے یا لیٹتے ہیں تو اپنے گھٹنے کو اونچا رکھنا مدد کرتا ہے، اور آئس پیک تکلیف کو کم کرتے ہیں۔ ہسپتال چھوڑنے سے پہلے آپ کی ٹیم کی طرف سے تجویز کردہ درد سے نجات حاصل کریں، کیونکہ درد کے بڑھنے کا انتظار کرنے کے بجائے درد سے نجات کی منصوبہ بندی بہتر کام کرتی ہے۔

زیادہ تر لوگ آپریشن کے اسی دن چلتے ہیں۔ آپ کا فزیوتھیراپسٹ آپ کو ایسی مشقوں کے ذریعے رہنمائی کرے گا جو حرکت کو بحال کریں اور ران کے پٹھوں کی تعمیر کریں جو گھٹنے کی حرکت کرتے ہیں۔ ان چھوٹی چھوٹی باتوں کو کرنا اور اکثر کرنا ان کو سخت محنت سے کرنے سے زیادہ اہم ہے۔ آپ ٹھہریں اپنی مرضی سے کھوم سکتے ہیں اور بہت سے لوگ ہلکے روزمرہ کے کاموں کو کچھ ہی دنوں میں پورا کر لیتے ہیں۔ جب تک آپ کے سرجن اور فزیوتھیراپسٹ آپ کو صاف نہیں کرتے اس وقت تک بھاری وزن اٹھانے، گھٹنے نیلے اور پھیلنے سے گریز کریں۔

چھوٹے چھوٹے زخم جلد ہی ٹھیک ہو جاتے ہیں، اور جب تک ہم اس کا جائزہ نہیں لیتے اس وقت تک پیٹی تقریباً 10 دن تک برقرار رہتی ہے۔ جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے، جھکنا اور سیدھا کرنا آسان محسوس ہوتا ہے۔ ایک بار جب آپ مستحکم چل سکتے ہیں اور آپ کے گھٹنے پر قابو محسوس ہوتا ہے، تو آپ معمول کی سرگرمیوں میں قدم بہ قدم واپس آ سکتے ہیں۔ جب آپ کو شدید درد کی دوائیوں سے چھٹکارا مل جاتا ہے تو آپ ڈرائیونگ دوبارہ شروع کر سکتے ہیں اور ایمرجنسی اسٹاپ میں رد عمل ظاہر کر سکتے ہیں۔ آپریشن کے بعد ڈرائیونگ کے بارے میں ہماری گائیڈ ملاحظہ کریں تاکہ آپ کے لئے لاگو ہونے والی تفصیلات حاصل کریں۔

صحت یابی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے۔ کچھ گھٹنے چند ہفتوں میں ٹھیک ہو جاتے ہیں، دوسروں کو زیادہ وقت لگتا ہے۔ آپ کا سرجن اور فزیوتھیراپسٹ ہر جائزہ میں آپ کی ٹائم لائن 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۔

انفیکشن اس آپریشن کے بعد سب سے زیادہ دیکھا مسئلہ ہے۔ چھوٹے زخموں کے ارد گرد کی جلد سرخ، گرم اور نرم ہو سکتی ہے، اور زخم سے سرخ پن پھیل سکتا ہے۔ آپ کو کسی زخم سے سیال یا پون کا بہاؤ محسوس ہو سکتا ہے، یا بخار محسوس ہو سکتا ہے۔ [صفحہ ۲۸ پر تصویر] اگر آپ کو ان علامات میں سے کوئی بھی نظر آنے تو کلینک کو بتائیں اور اگلے دورے کا انتظار نہ کریں۔

ایک اور مسئلہ جس پر ہم نظر رکھتے ہیں وہ ہے ٹانگ میں خون کا جمنا۔ یہ عام طور پر پچھڑے میں اچانک سوجن اور نرمی کے طور پر ظاہر ہوتا ہے، اکثر ایک ٹانگ میں دوسرے سے زیادہ۔ پچھڑا گرم محسوس کر سکتا ہے یا معمول سے زیادہ سرخ نظر آ سکتا ہے۔ کچھ جگہوں میں کوئی علامات نہیں ہوتی ہیں، یہی وجہ ہے کہ آپریشن سے پہلے ہم آپ کے ساتھ اس خطرے کے بارے میں بات کرتے ہیں اور اسے کم کرنے کے لیے اقدامات کرتے ہیں۔ اگر آپ کو سوجن، تکلیف دہ پچھڑا ہو تو، اسی دن کلینک کو کال کریں۔ اگر آپ کو سانس لینے میں دشواری ہو یا سینے میں درد ہو تو فوری طور پر ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

گھٹنے کے قریب اعصاب کبھی کبھار کچھ ہول سرجری کے دوران سوزش کا شکار ہو سکتے ہیں۔ یہ numbness، tingling یا جلد کے ایک patch ہے کہ خاموش ہو گیا ہے کی طرح محسوس کیا جا سکتا ہے۔ ان میں سے زیادہ تر حل، لیکن کسی بھی numbness یا آپ کے جائزے میں tingling لانے تاکہ ہم اس پر نظر رکھ سکتے ہیں۔

آپریشن کے بعد گھٹنے کبھی کبھی توقع سے زیادہ سخت ہو سکتا ہے۔ جھکنا یا سیدھا کرنا سوجن کے ختم ہونے کے بعد بھی مشکل ہو سکتا ہے، اور آپ کو پکڑنے یا پسینے کا احساس ہو سکتا ہے۔ اپنی فزیوتھراپی کی مشقیں کرتے رہیں اور اپنے فزیوتھیراپسٹ یا سرجن کو بتائیں اگر گھٹنے ڈھیلے نہیں ہوں گے۔

زخم کی پریشانیاں، جیسے زخم جو روتا رہتا ہے یا بند نہیں ہوتا، غیر معمولی ہیں لیکن جلد ہی پکڑنے کے قابل ہیں۔ کاٹ کے بارے میں کوئی غیر معمولی ذکر جب ہم 10 دن کے بارے میں پالسننگ کا جائزہ لیں۔

اگر آپ تفصیلات چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کی میز عام شرحوں کی فہرست دیتی ہے۔

ہمیں کب کال کریں

اس آپریشن کے بعد زیادہ تر مسائل غیر معمولی ہوتے ہیں، لیکن کچھ کو فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہمیں کال کریں اگر آپ کو بخار، بڑھتی ہوئی لالی یا زخموں سے خارج ہونے والے مادہ، یا آپ کے ٹھنڈے میں اچانک شدید درد ہو۔ آپ کے پچھڑے سوجن اور دردناک ہو جاتا ہے تو اسی دن ہمیں کال کریں۔ اگر آپ کو سانس لینے میں دشواری ہو یا سینے میں درد ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر آپ کے پاؤں میں احساس کھو جاتا ہے یا اسے منتقل نہیں کر سکتے ہیں تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر کچھ غلط محسوس ہوتا ہے اور آپ کو یقین نہیں ہے تو، اگلے دورے کا انتظار کرنے کے بجائے ہمیں کال کریں۔