

# پیری پروسٹیتک فیکچر (گوٹھے)

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

گھٹنے کی تبدیلی کے ارد گرد ایک فیکچر کا مطلب ہے کہ امپلانٹ کے قریب ہڈی ٹوٹ گئی ہے۔ درد علم طور پر گھٹنے کے بالکل اوپر یا نیچے، ران کے چلنے حصے یا نچلے حصے میں محسوس ہوتا ہے۔ [صفحہ ۲۲ پر تصویر] کھڑا ہونا، چلنا اور گھٹنے کو موڑنا عام طور پر اسے خراب کرتا ہے۔ ٹانگ کی حملت کے ساتھ آرام کرنا عام طور پر اسے آسان بناتا ہے۔

درد رات کے وقت اور جب آپ بیٹھنے یا لیٹنے کے بعد پہلی بار حرکت کرتے ہیں تو بھڑک سکتا ہے۔ بہت سے لوگ اسے سب سے زیادہ اس وقت محسوس کرتے ہیں جب وہ جاگتے ہیں اور اپنے پہلے قدم اٹھاتے ہیں۔ کرسی سے اٹھنا، سیڑھیاں چڑھنا، میل باکس تک چلنا اور گاڑی میں بیٹھنا اور نکلنا مشکل ہو سکتا ہے۔ [صفحہ ۱۲ پر تصویر]

اس طرح کا وقفہ آپ کو شفا یابی کے وقت سے کہیں زیادہ متاثر کر سکتا ہے۔ چوٹ لگنے کے بعد 12 ماہ تک زندگی کا معیار کم رہ سکتا ہے، یہاں تک کہ جب فیکچر خود ٹھیک ہو جائے۔ [صفحہ ۲۲ پر تصویر]

یہ فیکچر اکثر بوڑھے لوگوں میں ہوتے ہیں جن کی ہڈی پہلے کی نسبت کم مضبوط ہوتی ہے۔ وہ غیر معمولی ہیں، لیکن جب وہ ہوتے ہیں تو انہیں مجباً علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے ایکس رے کو قریب سے دیکھے گا اور مکمل تاریخ لے گا تاکہ متبادل کے ارد گرد انجکشن کو خارج کر دیں اس سے پہلے کہ منصوبہ بندی کریں کہ کیا کرنا ہے۔ ان میں سے زیادہ تر فیکچر کا علاج اس طرح کیا جا سکتا ہے کہ جب ہڈی شفا یاب ہو رہی ہو تو اسے سست رکھا جائے، اور گھٹنے کی تبدیلی کو اپنی جگہ پر چھوڑ دیا جائے۔ امپلانٹ کو تبدیل کرنے کے لئے سرجری صرف اس وقت غور کی جاتی ہے جب امپلانٹ کھل گیا ہو یا لائن سے باہر ہو۔

## اصل میں کیا ہو رہا ہے

ایک گھٹنے کی تبدیلی ہڈی کے اندر بیٹھتی ہے جیسے باڑ کے کھمبے میں لگائی گئی چھڑی۔ دھات کا حصہ مضبوط ہے، لیکن اس کے ارد گرد ہڈی ہے جو سب کچھ مستحکم رکھتا ہے۔ پیری پروسٹیتک فیکچر میں، آس پاس کی ہڈی پھٹ جاتی ہے جبکہ متبادل خود اپنی جگہ پر رہتا ہے۔ ٹوٹنا عام طور پر کم ران کی ہڈی میں تبدیلی کے اوپر ہوتا ہے، یا اس کے نیچے اوپری نچلے ہڈی میں ہوتا ہے۔

یہ ٹوٹنا ہڈیوں میں ہوتا ہے جو وقت کے ساتھ ساتھ پتلی اور کمزور ہوتی جاتی ہیں۔ کچھ صحت کے حالات اور طویل مدتی سٹیرائڈ گولیاں بھی ہڈی کو ایک امپلانٹ کو مضبوطی سے تھامنے کے قابل نہیں بنا سکتی ہیں۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] [صفحہ ۲۱ پر تصویر]

درد جو آپ محسوس کرتے ہیں وہ ٹوٹی ہوئی ہڈی ہے جو ہر بار جب آپ ٹانگ کو بوجھ دیتے ہیں تو ہلکی سی حرکت کرتی ہے۔ کھڑے ہونے اور چلنے سے پھٹے ہوئے کناروں کو ایک ساتھ دبا دیا جاتا ہے، یہی وجہ ہے کہ ایسی حرکتیں سب سے زیادہ تکلیف دیتی ہیں۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر]

آپ کا سرجن آپ کے ایکس رے کو احتیاط سے چیک کرے گا، کیونکہ متبادل کی دھات ایک سادہ فلم پر بریک لائن کو چھپا سکتی ہے۔ اگر ایکس رے واضح نہیں ہے، ایک ہڈی اسکین یہ ظاہر کر سکتے ہیں۔ یہ فریکچر غیر معمولی ہیں، جو کھٹنے کی تبدیلی کے ایک چھوٹے سے فیصد میں ہوتے ہیں، لیکن جب وہ ہوتے ہیں تو انہیں محتاط علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ زیادہ تر مریضوں کا علاج یہ کیا جاسکتا ہے کہ جب ہڈی ٹھیک ہو رہی ہو تو اس کی جگہ ہڈی کو کھڑا کر کے رکھ دیا جائے۔ امپلانٹ کو تبدیل کرنے پر صرف اس وقت غور کیا جاتا ہے جب وہ کھو گیا ہو یا لائن سے باہر بیٹھا ہو۔

## ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیمپٹن کے کھٹنے کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا آپ کے مخصوص فریکچر کے مطابق علاج کریں گے۔ 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۔ کلینک میں ہم ایک مکمل تاریخ لیتے ہیں، آپ کے کھٹنے کا معائنہ کرتے ہیں اور امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں تاکہ یہ معلوم کیا جاسکے کہ ہڈی کہاں ٹوٹ گئی ہے اور کیا اب بھی اس کی تبدیلی محفوظ ہے۔

چونکہ اس طرح کا ٹوٹنا ساختی چوٹ ہے، اس لیے آپریشن کی سفارش عام طور پر فوراً کی جاتی ہے نہ کہ غیر آپریشن کی دیکھ بھال کے بعد۔ ان فریکچروں کے لئے ہڈی کو خود ہی ٹھیک ہونے دینا شاذ و نادر ہی ایک آپشن ہوتا ہے۔ عام طور پر مقصد ٹوٹی ہوئی ہڈی کو برقرار رکھنا ہے جبکہ یہ شفا بخش ہے، آپ کے کھٹنے کی تبدیلی کو جگہ پر چھوڑ کر کسی بھی آپریشن سے پہلے ہم احتیاط سے چیک کرتے ہیں تبدیلی کے ارد گرد انجکشن کے لئے، کیونکہ یہ بدلتا ہے کہ ہم کیا کرتے ہیں۔

بنیادی آپریشن کو اوپن ریڈکشن اور اندرونی فیکشن کہا جاتا ہے، جس کا مطلب ہے کہ ہڈی کو واپس لائن میں منتقل کیا جاتا ہے اور اسے دھاتی پلیٹ اور سکرو کے ساتھ رکھا جاتا ہے۔ ران کی ہڈی میں تبدیلی کے لیے اور ہی ٹوٹنے کے لئے، لاک کرنے والی پلیٹ اکثر استعمال کی جاتی ہے۔ اس کا سکرو پلیٹ میں ہی بند ہو جاتا ہے، جو پتلی ہڈی میں استحکام گرفت فراہم کرتا ہے۔ کچھ ران کے ٹوٹنے کے لئے ایک اور آپشن ہڈی کی نہر کے اندر رکھی جانے والی چھڑی ہے۔ دونوں طریقوں سے ہڈی کو شفا ملتی ہے، اور ہم اس کے بارے میں بات کریں گے کہ کون سا آپ کے فریکچر کے مطابق ہے۔

ٹخنوں کی ہڈی میں متبادل کے نیچے ٹوٹنے کے لئے، پلیٹ کبھی کبھی دو چھوٹے کٹ کے بجائے ایک طویل سوراخ کے ذریعے سلائڈ کیا جاسکتا ہے۔ یہ ٹوٹے ہوئے علاقے کو غیر متاثر چھوڑ دیتا ہے، جو ہڈی کو شفا دینے کے لئے خون کی فراہمی کی حفاظت کرتا ہے۔ چند معاملات میں جہاں ہڈی بہت پتلی ہے، اس کے بجائے ایک بیرونی فریم استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ ٹانگ کے باہر سے ہڈی کو مستحکم رکھتا ہے۔

اگر متبادل کے ارد گرد ہڈی ختم ہو گئی ہے یا ٹوٹنے پر ٹوٹ گئی ہے، تو ایک پلیٹ کو پکڑنے کے لئے کافی ٹھوس ہڈی نہیں رہ سکتی ہے۔ اس کے بعد اختیارات میں مرمت کی حکمت کرنے کے لئے ڈونر ہڈی شامل کرنا، یا ران کی ہڈی کے نچلے سر کو ایک نئے امپلانٹ سے تبدیل کرنا شامل ہے۔ یہ آخری آپشن ایک بڑا آپریشن ہے، لیکن یہ آپ کو فوری طور پر ٹانگ پر وزن ڈالنے کی اجازت دیتا ہے۔

ان فریکچرز کی ایک چھوٹی سی تعداد میں کھٹنے کی ٹوپی شامل ہوتی ہے۔ عام طور پر ان کا علاج سرجری کے بغیر کیا جاتا ہے۔

سرجری کے بعد، تحریک اور ہڈیوں کا کام عام طور پر جلد شروع ہوتا ہے، اکثر پہلے دو دنوں کے اندر۔ آپ شروع میں کھٹولے استعمال کریں گے اور درد کی اجازت ملنے پر ٹانگ کے ذریعہ جزوی وزن ڈالیں گے۔ مکمل وزن کی اجازت ہے ایک بار ہڈی میں شامل کیا گیا ہے، جس میں ہم ایکس رے پر چیک کریں۔ ہم کھڑا جانے سے پہلے آپ کے ساتھ آپ کی اپنی منصوبہ بندی کے ذریعے جائیں گے۔

## کیا توقع کریں

یہ فریکچر ایک حقیقی رکاوٹ ہیں، اور یہ صاف آنکھوں کے ساتھ جانے میں مدد ملتی ہے۔ زیادہ تر مریضوں کا علاج یہ ہوتا ہے کہ جب ہڈی ٹھیک ہو رہی ہو تو اسے سست رکھا جائے، اور آپ کے کھٹنے کی تبدیلی کو جگہ پر چھوڑ دیا جائے۔ جب یہ اچھی طرح سے کیا جاتا ہے، ہڈی عام طور پر ملتی ہے اور متبادل کام کرتا رہتا ہے۔ مزید سرجری کے بعد، اس قسم کے ٹوٹنے والے 100 میں سے 89 افراد صحت یاب ہو گئے۔ ہر وقفہ

اپنے شیڈول پر شامل نہیں ہوتا ہے اگرچہ۔ کچھ ہڈیاں دیر سے جوڑتی ہیں، اور کچھ ہڈیاں کبھی نہیں جوڑتی ہیں۔ اس فریکچر کے لیے پلیٹ کے ساتھ علاج کیے جانے والے 100 میں سے تقریباً 18 افراد کی ہڈیوں کو جوڑنے میں ناکامی ہوئی، اور 100 میں سے تقریباً 24 لوگوں کو راستے میں کسی قسم کی پیچیدگی ہوئی۔

شفا مہینوں لیتا ہے، ہفتوں نہیں۔ ہڈیوں کے لئے جوڑنے کے لئے اضافی مدد کی ضرورت ہوتی ہے، جوڑنے کو 3 سے 8 ماہ تک کہیں بھی دیکھا گیا ہے۔ آپ جلدی سے معمول پر واپس نہیں آئیں گے، اور اب یہ جاننا قابل ہے۔ یہاں تک کہ جب فریکچر خود حل ہو گیا ہے، آپ کی زندگی کے معیار پر اثر 12 ماہ تک آس پاس رہ سکتا ہے۔ بہت سے لوگوں کو ٹانگوں کے ٹائر جلد مل جاتے ہیں، سیرھیاں منصوبہ بندی کرتی ہیں اور گھٹنے میں اعتماد آہستہ آہستہ واپس آتا ہے۔ یہ بحالی کی معمول کی شکل ہے، کسی چیز کی ناکامی کی علامت نہیں۔

کچھ حقیقی مثبت ہیں۔ جب ہڈی مل جاتی ہے، تو گھٹنے کی تبدیلی خود ہی پہلے کی طرح کام کرتی رہتی ہے۔ جن لوگوں کو یہ فریکچر ہوتا ہے ان کے پاس ان لوگوں کے مقابلے میں جو کبھی فریکچر نہیں رکھتے تھے، اس سے زیادہ مدد کی بقا نہیں ہوتی۔ علاج کے کچھ اختیارات آپ کو فوری طور پر ٹانگ پر وزن ڈالنے کی بھی اجازت دیتے ہیں، جس کا مطلب ہو سکتا ہے کہ ہسپتال میں مختصر قیام اور روزمرہ کی سرگرمیوں میں تیزی سے واپسی۔

اگر ہڈی کو تنہا چھوڑ دیا جائے تو یہ شاذ و نادر ہی خود بخود ٹھیک ہو جاتی ہے، یہی وجہ ہے کہ سرجری کا مشورہ عام طور پر جلد دیا جاتا ہے۔ دیکھ بھال کرنے کے لئے اہم خطرات ہڈی میں شامل ہونے میں ناکامی ہیں یا ٹریک کے نیچے مزید سرجری کی ضرورت کی مرمت۔ آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ یہ اعداد و شمار آپ کے اپنے فریکچر، آپ کی ہڈیوں کے معیار اور آپ کی سختی پر کیسے لاگو ہوتے ہیں۔

## کسی سے کب ملنا ہے

اگر آپ گر جاتے ہیں یا ٹھوکر کھاتے ہیں اور اپنے گھٹنے کی جگہ کے اوپر یا نیچے تیز درد محسوس کرتے ہیں تو فوراً ڈاکٹر کے پاس جائیں۔ اگر آپ اپنی ٹانگ پر وزن نہیں رکھ سکتے ہیں، یا ٹانگ کی شکل خراب یا مختصر نظر آتی ہے تو ہنگامی محکمہ میں جائیں۔ اگر آپ کے پاس متبادل کے قریب دیر پا درد ہے جو آرام کے ساتھ حل نہیں ہوتا ہے، یا درد جو آپ کو رات کو بیدار کرتا ہے تو اپنے ڈاکٹر کو فوری طور پر دیکھیں۔ اگر گھٹنے غیر مستحکم محسوس ہوتا ہے، یا آپ کھڑے ہونے پر آپ کو تھامنے کے لئے ٹانگ پر اعتماد نہیں کر سکتے ہیں تو ایک ماہر کی جانچ پڑتال کے لئے پوچھیں۔ یہ ٹوٹنے ہڈیوں میں ہوتے ہیں جو پتلی اور کمزور ہو چکی ہیں، اس لیے معمولی ٹھوکر کافی ہو سکتی ہے۔ اگر ٹوٹ پھوٹ پانی جاتی ہے تو، عام طور پر سرجری کا مشورہ دیا جاتا ہے، کیونکہ ہڈی شاذ و نادر ہی خود بخود آباد ہوتی ہے۔