

ایسم پی ایل ایل کی تعمیر نو

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

ڈاکٹر کیران ہیرارا، میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیملٹن 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 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۔ آپ کی ملاقات میں ہم ایک تاریخ لے، آپ کے گھٹنے کا معائنہ، اور اگر ضروری ہو تو امیجنگ کا بندوبست۔

یہ آپریشن آپ کے گھٹنے کے اندرونی حصے پر ایک رباط کی تعمیر نو کرتا ہے۔ رباط، ایسم پی ایف ایل، گھٹنے کی ٹوکری کو اس کے نالی میں رکھتا ہے اور اسے باہر پھسلنے سے روکتا ہے۔ ہم اس کی تجویز کرتے ہیں جب گھٹنے کی ٹوکری ایک سے زیادہ بار خارج ہو چکی ہے اور بریسنگ یا فیزیوتھراپی نے کافی بہتری نہیں دی ہے۔ یہ صرف گھٹنے کے درد کے لئے پیش نہیں کیا جاتا ہے، یا پہننے اور آنتوں کے آرٹھرائٹس کے لئے۔ فیصلہ کرنے سے پہلے، ہم آپ کے گھٹنے کی ٹوکری، آپ کے مشترکہ شکل، اور گھٹنے کی ٹوکری کے پیچھے غضروف کی جانچ پڑتال کریں گے۔ کچھ لوگوں کو ہڈیوں کو منتقل کرنے یا تبدیل کرنے کے لئے بھی ایک طریقہ کار کی ضرورت ہوتی ہے، اور ہم اس کے لئے منصوبہ بندی کرتے ہیں اگر آپ کے مشترکہ شکل کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپریشن کا مقصد آپ کے گھٹنے کی ٹوکری کو اپنی جگہ پر رکھنا ہے، تاکہ آپ اپنے گھٹنے کو بغیر کسی رکاوٹ کے منتقل اور استعمال کر سکیں۔

آپریشن سے پہلے

آپ کو آپریشن سے پہلے کچھ امیجنگ کی ضرورت ہوگی تاکہ ہم اس کی منصوبہ بندی کر سکیں۔ یہ عام طور پر ایک ایکس رے اور ایک ایسم آر آئی اسکین ہے، جو آپ کے گھٹنے میں نرم وتلوں کی تفصیلی تصاویر لیتا ہے۔ بعض اوقات الٹراساؤنڈ کا استعمال بھی کیا جاتا ہے۔

آپ کے آپریشن سے چند ہفتے پہلے ہم آپ کو واضح ہدایات دیں گے۔ آپ کو آپریشن سے سات گھنٹے پہلے کھانا اور پینل بند کرنا ہوگا۔ ہم چھڑکے کے بجائے سات گھنٹے کے لئے پوچھ رہے ہیں تاکہ ہم آپ کو آگے لے جاسکتے ہیں اگر تھیر کی فہرست پہلے چلتا ہے۔ کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ ہم آپ کو بتائیں گے کہ کون سے اور کب۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست لے کر آئیں، بشمول کسی بھی ہنپلیمینٹس۔ اس کے بعد کسی کو آپ کو گھرتک پہنچانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ اس دن ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔

اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا اینسٹھیہیا کے ماہر (آپریشن کے دوران آپ کی دیکھ بھال کرنے والے ماہر) کے ساتھ جاننے لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ زیادہ تر لوگوں کو دونوں کی ضرورت نہیں ہوتی۔

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 وہاں anesthetist ملاقات کریں گے۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیذا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے بھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹھیسیٹ اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ پھر آپ کو آپریشن تھیر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں جبکہ اینسٹھیسیٹ کا اثر ختم ہو جاتا ہے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جاتے ہیں، آپ یا تو وارڈ میں جاتے ہیں یا گھر جاتے ہیں، طریقہ کار اور آپ کی بحالی پر منحصر ہے۔ اگر آپ اسی دن گھر جاتے ہیں، تو جس شخص سے آپ نے پہلے بات کی تھی وہ آپ کو لے جائے گا۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

آپ کا سرجن ایم پی ایف ایل کو دوبارہ تعمیر کرتا ہے، جو آپ کے گھٹنے کے اندرونی حصے پر موجود رباط ہے جو اسے اپنی نالی میں رکھتا ہے۔ نیا رباط تندور کے ایک ٹکڑے سے بنایا گیا ہے۔ یہ آپ کے اپنے جسم سے آسکتا ہے، زیادہ تر اکثر ہینسٹرنگ ٹینڈونز سے، یا عطیہ کردہ ٹینڈون ٹشو سے۔ دونوں ایک جیسے کام کرتے ہیں، اور آپ کا سرجن آپ کے مطابق ایک کا انتخاب کرے گا۔

سرجن آپ کے گھٹنے کے گرد چھوٹی چھوٹی کٹوتیاں کرتا ہے تاکہ گھٹنے کی ٹوپی اور اس کے ساتھ ہی ران کی ہڈی تک پہنچ سکے۔ اس کے بعد ٹینڈون ٹرانسپلانٹ گھٹنے کی ٹوکری کے اندرونی حصے اور ران کی ہڈی سے منسلک ہوتا ہے، اس طرح یہ گھٹنے کی ٹوکری کو اس کی نالی میں رکھتا ہے جب آپ کا گھٹنا جھکتا اور سیدھا ہوتا ہے۔ ٹرانسپلانٹ کو چھوٹے پیچ یا لنکر (ہڈی میں فلسڈ چھوٹے آلات) کے ساتھ جگہ پر رکھا جاتا ہے۔ یہ اسے مضبوطی سے تھامے ہوئے ہے جبکہ یہ اپنی پوزیشن میں شفا دیتا ہے۔ زخموں کو سلائوں سے بند کیا جاتا ہے اور ڈریسنگ سے ڈھانپ دیا جاتا ہے۔

کبھی کبھی گھٹنے کی مشترکہ شکل پر بھی توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ کے گھٹنے کی ٹوکری بہت اونچی ہے، یا اس میں چلنے والی نالی بہت کم گہری ہے، تو آپ کا سرجن اسی آپریشن کے دوران ٹخن کے سامنے کی ہڈی کو منتقل یا دوبارہ تشکیل دے سکتا ہے۔ یہ آپ کے ایس رے اور اسلین کا استعمال کرتے ہوئے سرجری سے پہلے منصوبہ بندی کی جاتی ہے۔ اگر گھٹنے کی ٹوپی کے پیچھے کا ریلیج کو نقصان پہنچا ہے، تو اس کا بھی ایک ہی وقت میں علاج کیا جاسکتا ہے۔

اس سب کا مقصد گھٹنے کی ٹوکری ہے جو آپ کے چلنے، جھکنے اور آپ کی ٹانگ پر وزن ڈالنے پر اپنی نالی میں رہتی ہے۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جاگیں گے، جہاں نرسیں آپ پر نظر رکھیں گی جبکہ اینسٹھیذا کا اثر ختم ہو جائے گا۔ آپ کے گھٹنے کو پٹی سے ڈھانپ دیا جائے گا، اور آپ کو بھاری بریکٹ کے بجائے معاون آستین دی جائے گی۔ نرسیں آپ کو کسی بھی درد کو سنبھالنے میں مدد کریں گی، اور وہ باقاعدگی سے آپ کی جانچ کریں گی۔ زیادہ تر لوگ کھڑے ہوتے ہیں اور اسی دن مدد کے ساتھ کچھ قدم اٹھاتے ہیں، اور ایک فزیوتھیراپسٹ آپ کو محفوظ طریقے سے چلنے کا طریقہ دکھا سکتا ہے۔ چونکہ آپ کو نیند یا بے چینی محسوس ہو سکتی ہے، لہذا گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لئے کسی کو آپ کے ساتھ رہنا چاہئے۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات ہسپتال میں رہیں گے۔ ہم تقریباً 10 دن تک پانسنگ لگا کر رکھتے ہیں۔ براہ کرم اس سے پہلے اسے نہ اتاریں جب تک کہ ہم آپ کو ایسا نہ کہیں۔ جب ہم آپ کو دیکھیں گے تو ہم اسے تبدیل یا ہٹا دیں گے۔

وصولی

پہلے چند دنوں میں آپ کے گھٹنے میں درد اور سوجن ہوگی۔ یہ معمول کی بات ہے اور آنے والے ہفتوں میں یہ آہستہ آہستہ ختم ہو جاتی ہے۔ آرام، آئس، اور درد ادویات آپ کی ٹیم نسخہ تکلیف کو کم کرے گا۔ جب آپ بیٹھتے ہیں تو آپ کی ٹانگ کو بلند رکھنا بھی سوجن کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے۔

زیادہ تر لوگ آپریشن کے دن مدد کے ساتھ کھڑے ہو کر کچھ قدم اٹھاتے ہیں۔ اس کے بعد، ایک فزیوتھیراپسٹ آپ کی بحالی کی رہنمائی کرتا ہے۔ ابتدائی طور پر، آپ گھٹنے کو موڑنے اور سیدھا کرنے اور ران کے پٹھوں کو دوبارہ تبدیل کرنے پر کام کریں گے۔ جب آپ کی حرکت بحال ہو جاتی ہے، تو آپ طاقت اور ورزش کی طرف بڑھتے ہیں جس میں کئی جوڑوں کو ایک ساتھ استعمال کیا جاتا ہے، جیسے کنٹرول شدہ سکوائٹس یا اسٹیپ اپس۔ آپ کا فزیوتھیراپسٹ آپ کے مطابق پروگرام تیار کرے گا اور اسے آپ کے گھٹنے کی اجازت کے مطابق آگے بڑھائے گا۔ آپ کھر میں کھوم سکتے ہیں اور ہلکے روزمرہ کے کام انجام دے سکتے ہیں، لیکن آپ کو آپریشن شدہ ٹانگ پر اس وقت تک کھومنے، کھومنے یا زور سے دھکا دینے سے گریز کرنا چاہئے جب تک آپ کی ٹیم یہ نہیں کہتی کہ یہ محفوظ ہے۔

[صفحہ ۲۱ پر تصویر] آپ کا سرجن اور فزیوتھیراپسٹ آپ کو ہر مرحلے میں رہنمائی کریں گے۔ یہ صبر کرنے کے قابل ہے: آپ کے گھٹنے مکمل طور پر تیار ہونے سے پہلے کھیل میں واپس آنا بعد میں زیادہ درد اور خراب کام کا باعث بن سکتا ہے۔ جب تک آپ کی طاقت، نقل و حرکت، اور اعتماد واپس آجائے اس کا انتظار کرنا نئے رباط کو آپ کی اچھی طرح خدمت کرنے کا بہترین موقع فراہم کرتا ہے۔ کچھ لوگ گھٹنے کی ٹوکری کے دوبارہ کرنے کے بارے میں بھی کھجراتے ہیں جب وہ سرگرمی میں واپس آتے ہیں۔ یہ عام ہے، اور آپ کی ٹیم کے ساتھ اس کے ذریعے بات چیت آپ کو اس کے ذریعے کام کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

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۔

سب سے عام مسئلہ سختی ہے، جہاں گھٹنا اتنا نہیں جھکتا جتنا اسے جھکنا چاہیے۔ آپ کو محسوس ہو سکتا ہے کہ آپ کے گھٹنے کو مکمل طور پر موڑ یا سیدھا نہیں کیا جا سکتا، یا یہ تنگ محسوس ہوتا ہے اور حرکت کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔ اگر نیا رباط تھوڑا سا تنگ ہو تو ایسا ہو سکتا ہے۔ اپنی ٹیم کو اگلے جائزے میں بتائیں؛ فزیوتھراپی کے ساتھ ابتدائی علاج اکثر مدد کرتا ہے۔

گھٹنے کی ٹوکری پھر بھی پھسل سکتی ہے یا پھر سے باہر نکل سکتی ہے، اگرچہ یہ غیر معمولی ہے۔ آپ کو وہی اچانک احساس ہوگا جو آپ نے سرجری سے پہلے محسوس کیا تھا، اکثر درد اور سوجن کے ساتھ۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو کلینک سے رابطہ کریں۔ بعض اوقات یہ احساس ہلکا ہوتا ہے: یہ احساس کہ گھٹنے کی ٹوکری کھسک سکتی ہے، یا گھٹنے میں اعتماد کا نقصان جب آپ کھومتے ہیں۔ آپ کے جائزے میں اس کا ذکر کریں، کیونکہ اس کی جاچ پڑتال اور علاج کیا جا سکتا ہے۔

شاڈ وناور ہی گھٹنے کی ٹوپی ٹوٹ سکتی ہے۔ یہ گھٹنے کے سامنے میں اچانک متیز درد کا سبب بنتا ہے، اکثر سوجن کے ساتھ، اور آپ پاؤں پر وزن ڈالنے یا کشش نقل کے خلاف اسے سیدھا کرنے کے قابل نہیں ہو سکتے ہیں۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

وہ پوزیشن جہاں ٹرانسپلانٹ ران کی ہڈی سے منسلک ہوتا ہے وہ اہم ہے۔ اگر یہ بالکل ٹھیک نہیں ہے تو، گھٹنے کی ٹوپی اب بھی غیر مستحکم محسوس ہو سکتی ہے یا گھٹنے آسانی سے نہیں چل سکتا ہے۔ اگر آپ کا گھٹنا کئی مہینوں کے بعد بھی مستحکم محسوس نہیں ہوتا ہے تو، اسے جائزہ میں لائیں تاکہ اس کا جائزہ لیا جاسکے۔

کچھ لوگوں کو ایک اور آپریشن کی ضرورت ہے۔ اس کی وجوہات میں ایک گھٹنے کی ٹوکری شامل ہے جو اب بھی خارج ہو جاتی ہے، جاری سختی، یا چھوٹے پیچ یا لنگر سے تکلیف جو پیوند کو تھامنے کے لئے استعمال ہوتی ہے۔ اگر آپ کو ان میں سے کسی کے قریب درد محسوس ہوتا ہے، یا گھٹنے کی گرفت محسوس کرتے ہیں، ہمیں بتائیں۔

اگر آپ کے آپریشن میں ٹخن کے سامنے کی ہڈی کو منتقل کرنا یا دوبارہ تشکیل دینا بھی شامل ہے تو، مسائل کا مجموعی امکان کچھ زیادہ ہے، حالانکہ کھٹنے کی ٹوپی زیادہ قابل اعتماد طریقے سے رہتی ہے۔ آپ کی ٹیم آپ کے ساتھ آپریشن سے پہلے اس پر تبادلہ خیال کرے گی۔ اگر آپ تفصیلات چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کی میز عام شرحوں کی فہرست دیتی ہے۔

ہمیں کب کال کریں

زیادہ تر مسائل جلد ہی ظاہر ہوتے ہیں اور ہم ان کے بارے میں جلد ہی سننا پسند کرتے ہیں۔ اگر آپ کو بخار ہو تو ہمیں کال کریں، اگر زخم کے ارد گرد کی جلد زیادہ سرخ ہو جائے یا سیال بہنا شروع ہو جائے، یا اگر آپ کا درد اچانک بہت زیادہ ہو جائے۔ اگر آپ کے پاؤں میں سوجن یا درد ہو یا سانس کی قلت ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں، کیونکہ یہ خون کے جمنے کی علامات ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ کی ٹانگ سیہوش ہو جائے، رنگ بدل جائے یا آپ اسے حرکت نہ دے سکیں۔