



آپ کے آپریشن کے لئے تیاری۔

4.0 © ① © Kieran Hirpara

سرجری کی تیاری

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۔

آپریشن کو ہموار بنانے کا فیصلہ آپ کے اسپتال پہنچنے سے پہلے ہی ہو جاتا ہے۔ یہ صفحہ آپ کی سرجری سے پہلے کے ہفتوں اور دنوں کا احاطہ کرتا ہے: ہم آپ کو کیا بھیجتے ہیں، ہم آپ سے کیا چاہتے ہیں، آپ اپنے لئے کیا کر سکتے ہیں، اور گھر میں کیا رکھنا ہے۔ دن خود، میں چیک کرنے سے گھر جانے کے لئے، پر احاطہ کرتا ہے آپ کے آپریشن کا دن صفحہ

آپ کی پری آپریٹنگ تقرری

آپ کے آپریشن سے پہلے آپ کو بلان کے ذریعے جانے کے لئے کمروں میں ہم سے ملیں گے۔ سوال پوچھنے کا بہترین وقت ہے، اس لیے پہلے سے انہیں لکھ لیں۔ مفید ہیں: بالکل کیا کیا جائے گا، متبادل کیا ہیں، ہفتہ وار بحالی کیسی نظر آتی ہے، جب آپ ڈرائیونگ اور کام کر سکتے ہیں، اور کیا غلط ہو سکتا ہے۔

اپنے ساتھ لائیں:

آپ کے لے جانے والے ہر چیز کی ایک عین مطابق فہرست، خوراک کے ساتھ نسخے کی ادویات، بغیر نسخے کی گولیاں، سانس لینے والے، کریم، وٹامنز، پچھلی کاپی، کلیدی اور دیگر چیزیں۔ اسے نیچے لکھیں یا خانوں لائن۔ کسی بھی حالیہ اسکیں، ایکس رے یا خون کے ٹیسٹ کے نتائج جو آپ کو دینے گئے ہیں۔ آپ کی دیکھ بھال میں شامل دیگر ڈاکٹروں کی تفصیلات، خاص طور پر ایک کارڈیولوجسٹ یا ذیابیطس کے ماہر۔ آپ کے صحت کے فنڈ کی تفصیلات، اور اگر آپ چاہیں تو ایک معاون شخص۔

آپ کو ایک رضامندی فارم پر دستخط کرنے کے لئے بھی کہا جائے گا۔ رضامندی ایک بات چیت ہے، نہ صرف ایک دستخط۔ اگر کوئی چیز واضح نہیں ہے تو بتائیں۔ ہم آپ کو کسی ایسی چیز پر دستخط کرنے کی بجائے دوبار وضاحت کریں گے جس کے بارے میں آپ کو یقین نہیں ہے۔

ای میل جو ہم آپ کو بھیجتے ہیں

ایک بار آپ کا آپریشن بک ہو جانے کے بعد، کمرے آپ کو ای میل کریں گے سرجری کی تفصیلات۔ جی ہاں۔ یہ واحد سب سے اہم دستاویز ہے جو آپ کو ملے گی، لہذا اسے احتیاط سے پڑھیں اور اسے رکھیں۔ یہ آپ کو بتاتا ہے:

- کون سا اسپتال، کون سا دن، اور آپ کے داخلے کا وقت، اور ہسپتال میں جہاں آپ پہنچنے پر جانے کے لئے
- آپ کے روزے کا وقت وہ وقت جس کے بعد آپ کو کچھ کھانے یا پینے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ کا طریقہ کار صرف مقامی اینسٹھیزا کے تحت ہے، تو ای میل یہ کہے گا کہ آپ کو روزہ رکھنے کی ضرورت نہیں ہے
- آپ کے اینسٹھیزسٹ کا نام اور اگر آپ کو اپنے اینسٹھیزا کے بارے میں یا آپ کی دواؤں کے بارے میں کوئی سوال ہے تو ان سے کیسے رابطہ کیا جائے۔ نجی مریضوں کے لئے اس میں ان کی فیس کے بارے میں پوچھ کچھ کرنے کا طریقہ بھی شامل ہے۔
- اگر آپ رات کو قیام کر رہے ہیں، یا اسی دن گھر جانا، اس صورت میں آپ کو کسی کی ضرورت ہوگی جو آپ کو گھر لے جائے اور آپ کو گھر لے جائے
- کوئی بھی فیسیں کمرے کے لئے قابل ادائیگی، اور ان کی ادائیگی کا طریقہ
- ادویات کی ہدایات جو آپ پر لاگو ہوتی ہیں، اگر آپ نے ہمیں بتایا ہے کہ آپ بلڈ تھینر، ذیابیطس کی گولیاں، انسولین، یا انجیکشن ذیابیطس یا وزن میں کمی کی دوائی لیتے ہیں

ای میل بھی لے جاتا ہے ہسپتال کے آن لائن داخلے کے لئے ہدایات۔ جی ہاں ہسپتال آپ سے آپ کی تفصیلات طلب کرنے کے لئے رابطہ نہیں کرے گا۔ آپ ان کے داخلے کے فارم کو خود ہی آن لائن پر کریں گے، اور جو ہدایات ہم منسلک کرتے ہیں وہ آپ کو اس کے ذریعے لے جائیں گی، بشمول آپ کے طریقہ کار کے لئے آٹم نمبرز جو فارم میں طلب کیے جاتے ہیں۔ براہ مہربانی ایسا کرو جیسے ہی آپ کو ای میل موصول نہیں رات سے پہلے۔ فارم آپ کی عمومی صحت کے بارے میں پوچھتا ہے، اور یہ ضروری ہے کہ آپ مکمل طور پر جواب دیں۔ خاص طور پر، انہیں بتائیں:

• نیند میں سانس کی ناکامی، یا دن کے وقت تھکاوٹ کے ساتھ اونچی آواز میں خراش (دیکھیں نیند، درد اور بحالی)

• پس میکر، ہارٹ اسٹنٹ، یا دل یا پھیپھڑوں کی کوئی حالت

• الرجی، بشمول ادویات، ڈریسنگ، ٹیپ اور لیٹیکس، اور کیا آپ کے پاس EpiPen ہے

• آپ کو یا آپ کے خونی رشتہ دار کو کسی اینسٹیک کے ساتھ کوئی مسئلہ ہوا ہے

• ڈھیلے دانت، تاج یا مصنوعی دانت

• کوئی امکان ہے کہ آپ حاملہ ہو سکتے ہیں

اگر آپ کی بکنگ کے بعد ایک ہفتہ گزر چکا ہے اور آپ کو آپ کی سرجری کی تفصیلات موصول نہیں ہوئی ہیں، یا آپ کام کرنے کے لئے آن لائن داخلہ حاصل نہیں کر سکتے ہیں، کمرے کو فون کریں۔

ادویات: کیا روکنا ہے اور کیا لے رہے ہیں

زیادہ تر ادویات سرجری کی صبح تک معمول کے مطابق لی جاتی ہیں، ایک چھوٹا سا گھونٹ پانی کے ساتھ۔ چند ایک فیصلہ کی ضرورت ہے، اور فیصلہ آپ کے آپریشن اور آپ پر منحصر ہے، تو بھی بھی دوائی کو اپنے طور پر بند نہ کریں یا تبدیل نہ کریں۔ جی ہاں۔ آپ کے لئے لاگو ہدایات آپ کے سرجری کی تفصیلات ای میل میں ہیں؛ اگر وہ وہاں نہیں ہیں اور آپ کو لگتا ہے کہ انہیں ہونا چاہئے، ہمیں بتائیں۔

• خون کو پتلا کرنے والا - اسپرین اور کلوپیڈوگرل (پلاویکس)، اور ڈوکور جیسے مجموعہ کی گولیاں جاری رکھنا ہمیں بتائیں کہ آپ انہیں لے

جائے ہیں تاکہ ٹیم کو پتہ چلے۔ ایٹنی کوکولینٹس جیسے وارفین، Xarelto، Eliquis اور Pradaxa 48 گھنٹے پہلے بند کر دیا گیا، اور آپ کا ای

میل آپ کو آپ کی آخری خوراک کا دن اور وقت بتاتا ہے۔ اس کے مطابق عمل کریں؛ وقت دونوں طرف ایک وجہ کے لئے ہے،

آپریشن کے دوران خون بہنا اور اگر آپ بہت جلد رک جاتے ہیں تو خون جمنا۔ **سرجری کے ارد گرد خون کو پتلا کرنے والے ادویات** یہ دوائیں کیسے کام کرتی ہیں اور ٹائمنگ کیوں ضروری ہے دوبارہ شروع کرنے سے پہلے بھی پوچھیں۔

• **زیماپٹس کی گولیاں** سرجری کی صبح پر نہیں لیا جاتا ہے۔ SGLT2 روکنے والے (Forxiga، Jardiance، Steglatro) کے طور پر جانا جاتا تازہ ترین گولیاں بند کر دیا جاتا ہے تین دن اس سے پہلے، کیونکہ وہ روزہ رکھنے کے دوران خون میں تیزاب کی خطرناک مقدار پیدا کر سکتے ہیں۔

• **انسولین**۔ اپنی معمول کی طویل عرصے سے کام کرنے والی انسولین رات کو معمول کے مطابق لیں۔ سرجری کی صبح لے لو آدھا اپنی معمول کی صبح کی خوراک، یا اسے اپنی پڑھنے پر ایڈجسٹ کریں۔ کبھی کبھی انسولین کو مکمل طور پر بند نہ کریں، اور اپنے انسولین اور گلوکومیٹر کو اپنے ساتھ ہسپتال لے آئیں۔

• **زیماپٹس اور وزن میں کمی کی ادویات** جیسے Ozempic، Wegovy، Mounjaro، Trulicity اور Byetta ہیں معمول کے مطابق جاری رکھا نہیں مت روکو کیا تبدیلیاں آپ کے روزہ ہے۔ یہ ادویات آپ کے کیٹ کے خالی ہونے کو سست کرتی ہیں؛ لہذا عام طور پر روزہ رکھنے کا وقت اینسٹیک کو محفوظ بنانے کے لئے کافی نہیں ہے، اور ہم آپ سے روزہ رکھنے کے لئے کہتے ہیں 24 گھنٹے آپ کے آپریشن کے وقت سے پہلے کی بجائے آپ کا ای میل آپ کو وقت دے گا۔ دیکھیں **GLP-1 ادویات اور آرٹھروپڈک سرجری**۔

• **انسداد سوزش کی گولیاں** اور کچھ **سیکلیمنٹس**۔ ایبوپروفین، نیوروکسن، مچھلی کا تیل، زردہ، جنکگو اور وٹامن ای کی زیادہ مقدار آپ کو آپریشن کے دوران تھوڑا زیادہ خون بہانے کا سبب بن سکتی ہے۔ ہم آپ کو بتائیں گے کہ انہیں روکنا ہے یا نہیں، اور کب۔

• **باقاعدہ بلڈ پریشر، دل، تاثیر ایڈ، صرع اور ریفلوکس کی گولیاں** آپریشن کی صبح معمول کے مطابق لیا جاتا ہے جب تک کہ آپ کو دوسری صورت میں بتایا نہ جائے۔

• **اینٹی ڈپریشن اور تشویش ادویات** جاری رکھا جانا چاہئے۔ اچانک ان کو روکنا آپریشن کے ارد گرد کے دنوں کو مشکل بناتا ہے، آسان نہیں۔

اگر آپ کو اپنی فہرست میں کسی چیز کے بارے میں یقین نہیں ہے تو، کمروں کو فون کریں، یا اپنے ای میل میں تفصیلات کا استعمال کرتے ہوئے اپنے اینسٹھیذا سے رابطہ کریں۔ اس سوال کا جواب صبح کے وقت داخلے کی ڈیسک پر دینے کے بجائے ایک ہفتے پہلے فون پر دینا بہت آسان ہے۔

اپنے جسم کو تیار کرنا

چند ہفتوں میں آپ کی شفا یابی میں حقیقی فرق کرنے کے لئے کافی ہے۔

• **تبنا کو نوشی اور ویٹنگ بند کرو** نیوکٹین ان چھوٹی خون کی نالیوں کو تنگ کرتا ہے جن پر جلد، ٹینڈون اور ہڈی شفا پانے کے لئے انحصار کرتے ہیں، اور یہ زخموں کے مسائل اور سست شفا پانے کے خطرے کو بڑھاتا ہے۔ جتنا جلد آپ رکیں گے اتنا ہی بہتر، لیکن کچھلے چند ہفتوں میں رکنے سے بھی مدد ملتی ہے۔ دیکھیں **تبنا کو نوشی اور پٹھوں اور ہڈیوں کی شفا**۔

• **اپنے بلڈ شوگر کو قابو میں رکھیں** اگر آپ کو زیماپٹس ہے سرجری کے قریب ہفتوں میں شوگر کی اعلیٰ سطح زخموں میں انفیکشن کا خطرہ بڑھاتی ہے۔ اگر آپ کی ریڈنگ ڈرائیو ہو گئی ہے تو، بعد میں بجائے اپنے جی پی کو دیکھیں۔

• **اچھی طرح سے کھائیں**۔ شفا پروٹین سے بنائی گئی ہے، اور بہت سے لوگ آپریشن میں آتے ہیں اس کی ضرورت سے کم کھاتے ہیں۔ **علاج کے لئے اچھی طرح سے کھانا** اس صفحے میں عملی اہداف ہیں۔

• **شراب کا استعمال کم کریں** کچھلے ہفتے میں، اور رات سے پہلے کوئی نہیں ہے۔ الکحل اینسٹھیذا کے ساتھ مداخلت کرتا ہے، آپ کے درد کے ساتھ، اور نیند کے ساتھ۔

• **آگے بڑھو** پیدل چلیں، اور جو جوڑوں کا آپریشن نہیں کیا جا رہا ہے انہیں فعال رکھیں۔ عام طور پر فٹ ہونے سے اینسٹھیذا زیادہ محفوظ ہوتا ہے اور پہلے ہفتے آسان ہوتے ہیں۔

آپریشن کرنے والے بازو کی جلد کی دیکھ بھال کریں:

- سرجری سے پہلے کے ہفتے میں بازو کو نہ کاٹیں۔ ریزرز چھوٹی چھوٹی چھیدیں چھوڑ دیتے ہیں جن میں سیکٹریا داخل ہو جاتے ہیں۔ اگر بالوں کو نکالنے کی ضرورت ہو تو اسے تھیر میں کاٹا جاتا ہے۔
- ہمیں کسی بھی کٹ، خارش، چھالے، مہاسی یا انفیکشن کے بارے میں بتائیں اس بازو پر، یہاں تک کہ ایک چھوٹا سا ایک متاثرہ یا ٹوٹی ہوئی جلد کے ذریعے آپریشن کرنا محفوظ نہیں ہے، اور یہ آپریشن میں تاخیر کی سب سے عام وجوہات میں سے ایک ہے۔
- ناخن پالش اور مصنوعی ناخن اتار دیں آپریشن کیے جانے والے ہاتھ پر وہ کیل کے بستر کو چھپاتے ہیں، جسے ٹیم آپ کے خون کی گردش کی حاجت پڑتا ہے۔
- جلد کو صاف اور مونسچر انڈر رکھیں، اور اس بازو پر نئے ٹیٹو یا سوراخ کرنے سے گریز کریں۔

اپنے گھر کو تیار کرنا

- اوپری ٹانگوں کی سرجری کے بعد آپ کچھ عرصے کے لئے سب کچھ ایک ہاتھ سے کریں گے، اکثر بازو کو پھانسی، کاسٹ یا سپلنٹ میں رکھ کر۔ گھریں داخل ہونے سے پہلے اس کی تیاری کرنا بعد میں بہت سی پریشانیوں سے بچاتا ہے۔
- کسی کو آپ کو ہسپتال لے جانے کا بندوبست کریں، آپ کو گھر لے جائیں اور پہلی رات آپ کے ساتھ رہیں۔ یہ اختیاری نہیں ہے، بیہوش کرنے کے بعد آپ خود گاڑی نہیں چلا سکتے، اور آپ کو رات بھر اکیلا نہیں رہنا چاہیے۔
- اپنی ڈرائیونگ کی منصوبہ بندی کریں آپ سرجری کے دن گاڑی نہیں چلا سکتے ہیں، اور آپ گاڑی نہیں چلا سکتے ہیں جب تک آپ کا بازو پھانسی، کاسٹ یا سپلنٹ میں ہو۔ کندھے کی سرجری کے بعد اس کا مطلب ہے کم از کم چھ ہفتے، جو بھی بازو یہ ہے۔ **کندھے اور بازو کی سرجری کے بعد ڈرائیونگ** صفحہ آپریشن کی طرف سے ٹائم لائنز ہے۔ دن سے پہلے، لفٹ، یا گاڑی کے بغیر ایک مدت کا بندوبست۔
- کام کو ترتیب دیں۔ آپ کو کتنی دیر تک چھٹی کی ضرورت ہوتی ہے اس کا انحصار آپ کے کام کے ساتھ ساتھ آپ کے آپریشن پر بھی ہے۔ اپنے آجر سے جلد بات کریں؛ **کام پر واپس آنا** اس صفحے سے آپ کو بات چیت کی منصوبہ بندی کرنے میں مدد ملے گی۔
- اسٹاک اپ اور تیار۔ کچھ کھانے پکانا اور منجمد کرنا۔ وہ چیزیں جو آپ روزانہ استعمال کرتے ہیں، باورچی خانے اور باتھ روم میں، کمر کی اونچائی تک منتقل کریں تاکہ آپ ایک بازو کے ساتھ اوپر یا نیچے نہیں پہنچ رہے ہیں۔ اگر آپ کے کندھے کی سرجری ہو رہی ہے تو پمپ کی بوتلوں میں سیمپو اور صابن اور لمبے ہینڈل والے سپنج خریدیں۔
- کپڑے بڑھیلے، سامنے کھولنے ٹاپس اور slip-on جوتے، ایک ہاتھ سے قمیض پہننے اور اتارنے کی مشق کریں اس سے پہلے کہ آپ اسے پہنے میں کرنے کی ضرورت ہو۔
- نیند۔ کندھے کی سرجری کے بعد زیادہ تر لوگ پہلے ہفتوں کے لئے سہارا دے کر سوتے ہیں۔ [صفحہ ۱۲ پر تصویر] دیکھیں **ایک بازو کی پٹی میں بہننا اور سونا**۔
- بچوں، پالتو جانوروں اور لفٹنگ پہلے دو ہفتوں میں کسی بھی چیز کے لئے مدد کا بندوبست کریں جس میں دو ہاتھوں یا مضبوط گرفت کی ضرورت ہو: چھوٹے بچے، بڑے کتے، خریداری، ڈبے اور اس طرح کی چیزیں۔
- درو سے نجات۔ دن سے پہلے اپنے سکریٹ کو بھریں تاکہ جب آپ گھر پہنچیں تو گولیاں گھریں ہوں۔ **آپریشن کے بعد درو کا انتظام کرنا** اس صفحے پر ان کا استعمال کیسے کیا جائے اس کی وضاحت کی گئی ہے۔
- پر عملی صفحات **ہاتھ، کلائی یا کہنی کی سرجری کے بعد روزمرہ کی زندگی** اور **کندھے کی سرجری کے بعد روزمرہ کی زندگی** آپ کے آپریشن کے بعد پڑھنے کے بجائے آپ کے آپریشن سے پہلے پڑھنے کے قابل ہیں۔

روزہ رکھنا

آپ کی سرجری کی تفصیلات کا ای میل آپ کو کھانے پینے سے روکنے کا وقت دیتا ہے۔ اپنے ای میل میں وقت کی پیروی کریں؛ یہ آپ کے داخلے کے وقت اور آپ کی دوائیوں سے کام کیا گیا ہے۔ روزہ رکھنا بیہوش کرنے والے کے لئے حفاظتی تقاضہ ہے، رسمی نہیں، اور اسے غلط سمجھنا ایک اور عام وجہ ہے جس کی وجہ سے ایک آپریشن اس دن ملتوی کیا جاتا ہے۔ آپریشن سے پہلے روزہ رکھنا صفحہ یہ بتاتا ہے کہ بے ہوشی کے دوران خالی پیٹ کا ہونا کیوں ضروری ہے۔

پچھلا ہفتہ: ایک چیک لسٹ

- سرجری کی تفصیلات ای میل موصول ہوئی، پڑھی، اور کہیں آپ اسے تلاش کر سکتے ہیں رکھا۔
- ہسپتال آن لائن داخلہ مکمل، آئٹم نمبر درج۔
- دوائیوں کی فہرست لکھی جاتی ہے، اور آپ کو معلوم ہوتا ہے کہ کون سی دوائیوں کو کب روکنا ہے۔
- اگر آپ وارفرین، Xarelto، Eliquis یا Pradaxa لیتے ہیں: ای میل سے آخری خوراک کی تاریخ ڈائری میں ہے۔
- کسی کو آپ کو لانے کے لئے، آپ کے گھر کو ڈرائیو اور پہلی رات رہنے کے لئے مقرر کیا گیا ہے۔
- کام آپ کی تاریخوں کو جانتا ہے؛ جب آپ گاڑی نہیں چلا سکتے تو لفٹوں کا بندوبست کیا جاتا ہے۔
- سکریٹ بھرا ہوا، فریزر میں کھانے، ایک ہاتھ کے لئے گھر rearranged۔
- بازو پر جلد برقرار ہے؛ کوئی مونڈنا؛ کیل پالش دور۔
- روزے کا وقت ای میل سے لکھا گیا ہے جہاں آپ اسے رات سے پہلے دیکھیں گے۔
- اگر آپ کو ذیابیطس ہے: انسولین اور گلوکوز میٹر پیک۔ اگر آپ کے پاس لمپی پین ہے تو اسے پیک کر کے نرسنگ اسٹاف کو دے دیں۔

ہمیں دن سے پہلے کال کریں اگر

- آپ کو آپ کی سرجری کی تفصیلات کا ای میل نہیں ملا ہے، یا آپ آن لائن داخلے کو مکمل نہیں کر سکتے ہیں۔
- آپ سرجری سے پہلے کے دنوں میں بیمار ہو جاتے ہیں: زکام، کھانسی، بخار، یا پیٹ کی تکلیف۔
- جس بازو پر ہم آپریشن کر رہے ہیں اس پر کٹائی، جلن، داغ یا انفیکشن کی کوئی علامت ہو۔
- آپ کو اس بات کا یقین نہیں ہے کہ کسی دوا کو لینا یا چھوڑنا ہے۔
- آپ نے روزے کے دوران غلطی سے کچھ کھایا یا پیا ہو۔
- جب سے ہم نے آپ کو آخری بار دیکھا تھا تب سے آپ کی صحت کے بارے میں کچھ بھی بدل گیا ہے۔
- آپ نے صرف اپنا خیال بدل لیا ہے، یا پھر سے فیصلے پر بات کرنا چاہتے ہیں۔
- ان میں سے کوئی بھی ایک پریشانی ہے۔ ہم آپ سے ایک دن پہلے ہی سننا چاہتے ہیں صبح آپ کو آپریشن کے بغیر گھر بھیجنے کے بجائے۔

مزید گہرائی میں

یہ سیکشن اس قارئین کے لئے ہے جو یہ جاننا چاہتا ہے کہ آپریشن کی تیاری کے کون سے حصے واقعی میں قابل پیمائش فرق کرتے ہیں۔ یہاں زیادہ تر تحقیق ہپ اور گھٹنے کی تبدیلی سے آتی ہے، جہاں مریضوں کی بڑی تعداد اس سوال کا مطالعہ کرنا آسان بناتی ہے۔ اسباق اوپری اعضاء کی سرجری میں منتقل ہوتے ہیں، لیکن تعداد کو فرض نہیں کیا جانا چاہئے۔

گفتگو کی شکل سے زیادہ بات چیت اہم ہے

سب سے مضبوط نتیجہ ایک سادہ ہے: آپ ایک آپریشن سے کیا توقع کرتے ہیں اس سے پہلے اس کے بارے میں بات کر کے تبدیل کیا جاسکتا ہے، اور توقعات اس بات کا تعین کرتی ہیں کہ لوگ بعد میں کتنے مطمئن ہیں۔ ہپ اور گھٹنے کی تبدیلی سے پہلے پری آپریشن کلاسوں کے رینڈم ٹرائلز سے پتہ چلتا ہے کہ ایک منظم سیشن نے مریضوں کی ان کی بحالی کی توقعات کو تبدیل کر دیا [1]۔ جی ہاں۔ علیحدہ طور پر، مشترکہ متبادل سے پہلے ایک باضابطہ تعلیمی پروگرام ایک مختصر ہسپتال میں قیام کے ساتھ منسلک تھا [2]۔

بات چیت کے بارے میں کیا فرق پڑتا ہے؟ آپریشن سے پہلے کی ایک مختصر ویڈیو کا رینڈم ٹرائل خاص طور پر اوپنڈ درودکش ادویات کے بارے میں پایا گیا کہ جو مریضوں نے اسے دیکھا وہ گھٹنے کی تبدیلی کے بعد پہلے ہفتے میں نمایاں طور پر کم اوپنڈ ادویات استعمال کرتے ہیں۔ [3]۔ جی ہاں۔ یہ ایک پھوٹی سی مداخلت سے ایک بڑا اثر ہے، اور یہی وجہ ہے کہ ہم آپ کے آپریشن سے پہلے وقت خرچ کرتے ہیں کہ آپ کے درد کے خاتمے کا استعمال کیسے کریں، نہ صرف آپریشن پر۔ خاص طور پر ہاتھ کی سرجری کے لئے، ایک منظم جائزہ نے کچھ اشارہ پایا کہ آپریشن سے پہلے کی اوپنڈ تعلیم مدد کرتی ہے، جبکہ یہ نوٹ کرتے ہوئے کہ مطالعہ کم اور محدود معیار کے تھے۔ [4]۔

زیادہ ٹیکنالوجی زیادہ سمجھ نہیں ہے

دو مطالعے جوش و خروش کو کم کرتے ہیں۔ ہپ آر تھر و سکوپ کے مریضوں میں، مریض کے مخصوص 3D پرنٹ شدہ ہپ ماڈل کے ساتھ مشاورت سے صرف معیاری اسکین امیجز کے مقابلے میں فہم یا اطمینان میں بہتری نہیں آئی [5]۔ جی ہاں۔ اور ایک سرجیکل مشن ٹرپ پر دی جانے والی پری آپریشن کلاس نے مریضوں کے مشترکہ تبدیلی کے بارے میں علم میں صرف معمولی اضافہ کیا [6]۔ جی ہاں۔ عملی پڑھنے یہ ہے کہ ایک سادہ، سوال پوچھنے کا موقع کے ساتھ unhurried وضاحت مداخلت ہے؛ props اختیاری ہیں۔

محنت میں جہاں آپ پڑھتے ہیں

بہت سے لوگ آن لائن تلاش کر کے تیاری کرتے ہیں، اور جو کچھ وہ تلاش کرتے ہیں اس کا معیار مختلف ہوتا ہے۔ آر تھروپلاسٹک انجکشن کے علاج کے بارے میں یوٹیوب ویڈیوز کا جائزہ لینے سے مواد متضاد پایا گیا، جس میں زیادہ تر صحت کی تنظیموں کے بجائے آزاد صارفین نے تیاری کیا تھا۔ [7]۔ جی ہاں۔ یہ ویکی اس وجہ سے جزوی طور پر موجود ہے۔ اگر آپ اہلین اور کچھ پڑھتے ہیں جو آپ کو کمروں میں بتایا گیا ہے اس سے متصادم ہے تو، اسے اپنی تقرری پر لائیں اور ہم اس کے ذریعے جائیں گے۔

حوالہ جات

[1] Mancuso CA, Graziano S, Briskie LM, Peterson MGE, Pellicci PM, Salvati EA, et al. ہپ اور گھٹنے کے آر تھر و پلاسٹی کے مریضوں کی پری آپریشن کی توقعات میں ترمیم کرنے کے لئے رینڈم ٹرائلز۔ کلین اور تھوپ ریلیٹ ریو. 2008؛ 466 (2): 424-31.

<https://doi.org/10.1007/s11999-007-0052-z>

[2] Yoon RS, Nellans KW, Geller JA, Kim AD, Jacobs MR, Macaulay W. ہپ یا گھٹنے کی آر تھر و پلاسٹی سے پہلے مریض کی تعلیم قیام کی لمبائی کو کم کرتی ہے۔ J آر تھر و پلاسٹی۔ 2010؛ 25(4): 51-547. <https://doi.org/10.1016/j.arth.2009.03.012>

[3] Maheu AR, Hohmann AL, Cozzarelli NF, Khan IA, Hozack WJ, Ilyas AM, et al. کل گھٹنے arthroplasty کے بعد postoperative opioid استعمال پر preoperative ویڈیو پر مبنی opioid مشاورت کی افادیت: ایک ممکنہ بے ترتیب کنٹرول ٹرائل۔ J آر تھر و پلاسٹی۔ 2024؛ 39(8): 143-7. <https://doi.org/10.1016/j.arth.2024.02.027>

- [4] پیسکر مورٹی، کلارک سی جے، کاوانا ای، کروک ٹی بی۔ ہاتھ کی انتخابی سرجری کے بعد postoperative نتائج پر preoperative مداخلت کا اثر: ایک منظم جائزہ۔ ہاتھ تھراپی۔ 30;2024(1):19-33. <https://doi.org/10.1177/17589983241301449>
- [5] چائلڈ ایس، میک ویکر زیڈ، ٹریٹا آر، آواڈ ایچ، لیلوفر جے، جیورڈانو بی۔ مریض کے مخصوص 3 جہتی ماڈلنگ اور ہپ آر تھرو سکوپ سے گزرنے والے مریضوں کی پری آپریشنل مشاورت کے لئے اس کا استعمال۔ Orthop J Sports Med. 2018;6(9):10.1177/2325967118794645 [/https://doi.org/10.1177/2325967118794645](https://doi.org/10.1177/2325967118794645)
- [6] سولانو ایسم اے، رامجرن کے کے، جونز ایل سی، سٹرلنگ آر ایس، سمارو ڈی آر، خانوجہ ایچ ایس۔ آر تھروپڈک مشن ٹرپ کے دوران پری آپریشنل مریض کی تعلیم کی کلاس: علم، اضطراب اور باخبر رضامندی پر اثرات۔ ج آر تھروپلاسٹی۔ 35;2020(9):2410-7. <https://doi.org/10.1016/j.arth.2020.04.084>
- [7] سیکس جے پی، ویسمن اے سی، والگر کے آر، جوائس کے ایسم، پکنز ٹی، بی اے ایس، اور دیگر۔ یوٹیوب آر تھو بائیولوجکس کے بارے میں معلومات کا ایک متضاد ذریعہ ہے: مواد کے معیار، وشو سنیتا، جامعیت اور مریض کے فیصلے کرنے کے مضمرات۔ آر تھرو سکوپ۔ 41;2025(10):34-4225. <https://doi.org/10.1016/j.arthro.2025.03.062>