



ڈوپوٹرن کی مشقیں
4.0 © ① © Kieran Hirpara

ڈوپوٹرن کی مشقیں

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۔

توسیع بحالی کے ساتھ مل کر تیار کیا گیا

نام: _____ تاریخ: _____

Dupuytren کی بیماری کیا ہے؟

ڈوپائٹرن کی بیماری ہتھیلی اور انگلیوں میں غیر معمولی گانٹھوں اور ٹشو کی 'تاروں' کے طور پر ظاہر ہوتی ہے۔ یہ ٹوٹ پھوٹ اور رسیاں ہتھیلی کی فاسیہ کی غیر معمولی نشوونما کی نمائندگی کرتی ہیں (خالی ٹشو جو ہجور کی جلد کو اپنی جگہ پر رکھتا ہے)۔ جیسا کہ ڈوپوٹرن کی رسیاں وقت کے ساتھ ساتھ سخت ہو جاتی ہیں، انگلیوں کے جوڑوں کو موڑنے میں کھینچ لیا جاتا ہے، جس کی وجہ سے کم انگلیاں جھکی رہتی ہیں۔ یہ سب سے زیادہ عام طور پر انگوٹھی اور چھوٹی انگلیوں کو متاثر کرتی ہے۔ انگوٹھے کو بھی متاثر کیا جاسکتا ہے، اگرچہ یہ کم عام ہے۔

علامات کی ترقی کی شرح مریضوں کے درمیان بہت مختلف ہوتی ہے۔ بہت سے مریضوں میں بیماری طویل عرصے تک مستحکم ہو سکتی ہے اور صرف مشاہدے کی ضرورت ہوتی ہے۔ دوسروں میں، یہ زیادہ تیزی سے ترقی کر سکتا ہے اور پہلے سرجری مداخلت کی ضرورت ہوتی ہے۔

اس کی وجہ کیا ہے؟

ڈوپائٹرن کی بیماری زیادہ تر ان لوگوں کو متاثر کرتی ہے جن کے آباؤ اجداد شمالی یورپ سے ہیں۔ یہ خواتین کے مقابلے میں مردوں میں زیادہ کثرت سے ہوتا ہے، اور عام طور پر 40 سال کی عمر کے بعد شروع ہوتا ہے۔ بہت سے معاملات میں یہ بیماری خاندانوں میں ہوتی ہے۔

علاج

Dupuytren کی بیماری کے لئے کوئی مستقل علاج نہیں ہے۔ سرجری سے ہتھیلی میں انگلیوں کے جھکنے کو دور کیا جاسکتا ہے، لیکن یہ حالت وقت کے ساتھ واپس آسکتی ہے۔ ڈوپائیٹرن کی بیماری کے لئے سرجری کا مقصد بیمار فاسیا کو ختم کرنا اور انگلی کی توسیع (سیدھا کرنا) کو بحال کرنا ہے۔

آپریشن کے بعد کیا ہوتا ہے؟

عام طور پر آپ کو سرجری کے 2 سے 3 دن بعد ہینڈ تھم اپسٹ کے پاس بھیج دیا جائے گا۔ وہ آپ کے لئے پلاسٹک کا سپلنٹ بنائیں گے تاکہ انگلی کو پھینچی ہوئی پوزیشن میں رکھا جاسکے اور آپ کو کچھ ہلکی ورزش کرنے کی ہدایت دیں گے۔

میں کب اسٹنٹ پہنتا ہوں؟ اور جب میں اپنے ہاتھ کا استعمال کر سکتے ہیں؟

ابتدائی طور پر آپ کو دن رات سپلنٹ پہننے کی ضرورت ہو سکتی ہے، صرف ورزش کے لئے ہٹانا۔ عام طور پر ایک ہفتہ یا اس کے بعد آپ کو صرف رات کے وقت اپنے سپلنٹ کو پہننے کی ضرورت ہوگی۔ آپ اس وقت دن کے دوران ہلکی سرگرمی کے لیے اپنا ہاتھ استعمال کرنا شروع کر سکتے ہیں۔ عام طور پر سپلنٹ کو رات کو 3 ماہ تک اور بعض صورتوں میں 6 ماہ تک پہننے کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ کا معالج / سرجن آپ کو اسپلٹ پہننے اور سرگرمی کے بارے میں خاص طور پر مشورہ دے گا۔

زخم کی دیکھ بھال

یہ ضروری ہے کہ زخم کو صاف اور خشک رکھا جائے جب تک کہ آپ کے سٹرز کو ہٹایا نہ جائے۔ ایک بار سلائوں کو ہٹا دیا جاتا ہے، آپ جلد کو نم کر سکتے ہیں، تاہم ایک اور ہفتے کے لئے پانی میں اپنے ہاتھ کو ڈوبنے سے بچیں۔

ورزشیں

مکمل کرنے کے لئے مشقیں ----- دن میں ایک بار
مکمل مرحلہ وار بحالی کی منصوبہ بندی کے لئے، دیکھیں Dupuytren کی رہائی بحالی پروٹوکول۔