



PATIENT INFORMATION

پچھلے کندھے استحکام

مینکارٹ زخم کی آرٹھروسکوپک تصویر کندھے کی بے دخلی کے بعد پچھلے لیبرم کا ایک آنسو۔

4.0 © ① © Kieran Hirpara

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 ہیرپارا، 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۔ کلینک میں ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کے کندھے کا معائنہ کرتے ہیں، اور جہاں اس کی ضرورت ہوتی ہے وہاں امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں۔ یہ ہمیں بتاتا ہے کہ آپ کے کندھے کو پہلی بار کیسے باہر نکالا گیا، کون سی پوزیشنیں اس کے پھسلنے کا احساس پیدا کرتی ہیں، اور آپ کو کتنے واقعات ہوئے ہیں۔

یہ آپریشن کندھے کے جوڑ کے سامنے نرم ٹشو کی انگولی کی مرمت کرتا ہے جو گیند کو ساکٹ میں رکھتا ہے۔ یہ عام طور پر ان لوگوں کو پیش کیا جاتا ہے جن کا کندھا پھسلتا رہتا ہے یا باہر نکل جاتا ہے، اکثر پہلی چوٹ کے بعد بازو کو باہر کی طرف اور باہر کی طرف موڑ دیا جاتا ہے۔ ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں، جیسے فیزیوتھراپی اور آپ کی سرگرمیوں کو تبدیل کرنا۔ جب اس سے کافی بہتری نہ آئی ہو تو سرجری کی جاتی ہے۔ چھ نوجوان، متحرک افراد جن کا پہلا عضو تناسل سینکڑین ہے ان کو جلد سرجری کی پیشکش کی جاسکتی ہے، کیونکہ دوسرا عضو تناسل اس مسئلے کو حل کرنا مشکل بنا دیتا ہے۔ بنیادی مقصد ایک مستحکم کندھے ہے جو آپ کو اپنے بازو کو بغیر درد کے یا اس کے دوبارہ باہر آنے کے خوف کے بغیر منتقل کرنے اور استعمال کرنے کی اجازت دیتا ہے۔

آپریشن سے پہلے

آپریشن سے پہلے کے دنوں میں ہم آپ کے کندھے کے اسکین کا استعمال کرتے ہوئے منصوبہ کو حتمی شکل دیتے ہیں۔ زیادہ تر لوگوں کو ایکس رے کی ضرورت ہوتی ہے، اور کچھ لوگوں کو ایم آر آئی (ایک اسکین جو لبرم جیسے نرم ٹشو کو ظاہر کرتا ہے) یا الٹراساؤنڈ کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپریشن سے سات گھنٹے پہلے کھانا بند کر دیں۔ ہم سات گھنٹے کے بجائے معمول کے چھ کے لئے پوچھیں تاکہ آپ کے سرجری آگے لایا جاسکتا ہے اگر تھیر کی فہرست جلدی سے چلتا ہے۔ آپ اپنی معمول کی ادویات ایک کھونٹ پانی کے ساتھ لے سکتے ہیں جب تک کہ ہم آپ کو دوسری صورت میں نہ بتائیں؛ کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہو سکتی ہے، اور ہم آپ کو عین مطابق ہدایات دیں گے۔ جو کچھ تم لے

جاتے ہو اس کی ایک تحریری فہرست لے آؤ۔ [صفحہ ۳ پر تصویر] اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بیہوشی کے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی بھی ضرورت ہو سکتی ہے۔

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۔ آپریشن سے پہلے آپ بیہوشی کے ماہر سے ملیں گے۔ یہ آپریشن ایک علاقائی اعصاب بلاک کے ساتھ مل کر جنرل اینسٹھیزیا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن سے پہلے بیہوشی کے ماہر آپ سے ملیں گے اور آپ کو دونوں حصوں کے بارے میں بتائیں گے۔

پھر آپ کو آپریشن تھیر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔ آپ کے بعد آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں جبکہ اینسٹھیٹک 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۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

یہ ایک keyhole آپریشن ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے کندھے کے گرد کئی چھوٹی چھوٹی کٹوتیاں کرتا ہے، جن میں ایک تھیم کی طرف ہوتی ہے، اور مشترکہ کے اندر ایک چھوٹے سے کمرے کے ساتھ کام کرتا ہے۔ کمرے ایک سکریں پر ساکٹ کے سامنے پھٹے ہوئے ٹشو کی انگولی دکھاتا ہے۔

آپ کا سرجن پھر اس انگولی کی مرمت کرتا ہے۔ ہڈی میں چھوٹے لنگر لگائے جاتے ہیں، اور پھٹے ہوئے ٹشو کو ہڈی پر واپس سلانی جاتی ہے۔ لنگر چند ملی میٹر کے فاصلے پر رکھے جاتے ہیں تاکہ مرمت مضبوطی سے برقرار رہے۔ مرمت ٹشو کو بہت سخت چھیننے کے بغیر کی جاتی ہے، تاکہ کندھے اب بھی آزادانہ طور پر بعد میں منتقل کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کے جوڑ کی گیند میں بار بار خارج ہونے کی وجہ سے ڈینٹ مین گیا ہے تو آپ کا سرجن دوسرا مرحلہ شامل کر سکتا ہے۔ ایک چھوٹا سا ٹنڈو کا ٹکڑا اس ڈینٹ میں سلانی جاتا ہے اسے بھرنے کے لئے اور گیند کو ساکٹ میں مرکوز رکھنے میں مدد ملتی ہے۔

اگر اسکین سے پتہ چلتا ہے کہ ساکٹ خود ہی ہڈی کھو چکی ہے، تو آپ کا سرجن اس کے بجائے کندھے کے بلیڈ کے سامنے سے ہڈی کا ایک چھوٹا ٹکڑا ساکٹ کے سامنے منتقل کر سکتا ہے۔ یہ سکرو کے ساتھ منعقد کیا جاتا ہے، اور نرم ٹشو کی انگولی کی مرمت کے ساتھ ساتھ جہاں ٹشو معیار کی اجازت دیتا ہے۔ مقصد یہ ہے کہ نئی ہڈی کا بلاک ہمر کی طرح کام کرے جو گیند کو باہر نکلنے سے روکتا ہے۔

آخر میں، آپ کا سرجن چیک کرتا ہے کہ کندھے کی پوری حد تک حرکت کے ذریعے مستحکم ہے، پھر ہر چھوٹے کٹ کو سلانیوں کے ساتھ بند کر دیتا ہے۔ زخموں پر پٹی لگائی جاتی ہے، اور آپ اس پٹی کو تقریباً 10 دن تک لگانے رکھیں گے۔

آپریشن کے بعد

جب آپ جاگتے ہیں، آپ کو بحالی کے علاقے میں ہو جائے گا، اور پھر آپ کو وارڈ میں منتقل کیا جائے گا۔ آپ کے بازو آرام کے لئے ایک سادہ پھیکنے میں آرام کرنے کا۔ مشقوں اور دھونے کے لئے پھینک دیا جاتا ہے۔ نرسیں آپ کی جانچ کریں گی اور آپ کے درد کو قابو میں رکھیں گی۔ آپ سرجری کے اگلے دن ہلکی حرکتیں شروع کر سکتے ہیں، جیسے تھوٹے پنڈل کی مشقیں۔ زیادہ تر مریض اس آپریشن کے بعد ایک رات ہسپتال میں رہتے ہیں، حالانکہ کچھ اسی دن گھر جانے کے قابل ہوتے ہیں۔ براہ کرم پہلے 24 گھنٹوں کے لئے آپ کے ساتھ رہنے کے لئے کسی کو بندوبست کریں۔ ہم تقریباً 10 دن تک پلاسٹنگ 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 دن آرام کے بارے میں ہیں۔ آپ کے کندھے میں درد ہو گا اور آپ کو سوجن محسوس ہو سکتی ہے، اور درد سے نجات آپ کو نرم حرکتیں شروع کرنے میں مدد دیتی ہے جو آپ کے فزیوتھیراپسٹ آپ کو بتاتے ہیں۔ آپ کے بازو کو ورزش کے اوقات کے درمیان آرام دیتی ہے اور دھونے کے لئے اتار لی جاتی ہے۔ کچھ دیر کے لیے سیدھے کھڑے یا تکیے پر لیٹ کر سونا اکثر فلیٹ پر لیٹے رہنے سے زیادہ آرام دہ ہوتا ہے۔

ابتدائی طور پر، آپ کی مشقیں چھوٹی، کنٹرول تحریکوں پر توجہ مرکوز جیسے جیسے درد کم ہوتا جائے گا، آپ اپنے کندھے کو مزید آگے بڑھا سکیں گے اور جب آپ کی حرکت بحال ہو جائے گی تو آپ کو گائیڈڈ مضبوط کرنا شروع ہو جائے گا۔ آپریشن شدہ بازو کے ساتھ روزمرہ کے کام، جیسے کپ سے زیادہ بھاری کسی چیز کو اٹھانا، اس وقت تک انتظار کریں جب تک کہ آپ کے فزیوتھیراپسٹ اور سرجن اس بات پر متفق نہ ہوں کہ مرمت تیار ہے۔ ڈرائیونگ کی اجازت نہیں ہے جب تک آپ سلائنگ میں ہیں، اور آپ ڈرائیونگ کی توقع کر سکتے ہیں ایک بار جب آپ کا سرجن آپ کو آپ کی جائزہ ملاقات میں صاف کر دیتا ہے۔ ہمارا گائیڈ **اوپری ٹانگوں کی سرجری کے بعد ڈرائیونگ** وضاحت کرتا ہے کہ اس دورے میں کیا شامل ہے۔

کیلنڈر پر تاریخوں کے بجائے آپ محسوس کر سکتے ہیں کہ متفرق مراحل میں آتی ہے۔ پہلے درد کم ہوتا ہے، پھر حرکت کم ہوتی ہے، پھر قوت بڑھتی ہے، اور کھیل آخر میں آتا ہے ایک بار جب کندھے کو مستحکم محسوس ہوتا ہے اور آپ کا سرجن اور فزیوتھیراپسٹ اس سے خوش ہیں کہ یہ کس طرح شفا بخش ہے۔ بحالی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے، اور آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور فزیوتھیراپسٹ آپ کو ہر قدم پر 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۔

اس سرجری کا مقصد بنیادی طور پر کندھے کے پھسلنے یا پھر سے باہر نکلنے کو روکنا ہے۔ کچھ لوگوں کے لئے یہ اب بھی ہوتا ہے، کبھی کبھی سال بعد۔ آپ کو بھی ایسا ہی اچانک احساس ہو سکتا ہے کہ آپ کے کندھے میں کمی آرہی ہے، یا یہ احساس ہو سکتا ہے کہ آپ کے کندھے میں کسی خاص پوزیشن میں کمی آنے والی ہے۔ کچھ لوگوں کو مکمل انخلا کے بجائے جزوی انخلا کا احساس ہوتا ہے، جہاں کندھے کو منتقل کیا جاتا ہے اور پھر آباد ہوتا ہے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو اپنے اگلے معائنہ میں اپنے سرجن کو بتائیں۔ کندھے کو مستحکم رکھنے کے لئے ایک اور آپریشن کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

اگر آپ رابطہ کھیل کھیلتے ہیں تو، اس بات سے آگاہ ہیں کہ کندھے کو مستحکم رکھنا اس ترتیب میں کم متوقع ہو سکتا ہے۔ اپنے سرجن کے ساتھ کھیل میں واپسی کے کسی بھی منصوبے کو اٹھائیں تاکہ آپ مل کر اس کا وزن کر سکیں۔

کچھ لوگ اس کے بعد کندھے میں درد یا سختی کے ساتھ رہ جاتے ہیں۔ یہ درد کی طرح محسوس ہو سکتا ہے جو دیر تک رہتا ہے، یا ایک کندھے جو آپ کی توقع کے مطابق آزادانہ طور پر حرکت نہیں کرے گا۔ اپنی جائزہ ملاقات میں اس کا ذکر کریں، کیونکہ ورزش یا مزید علاج سے مدد مل سکتی ہے۔

اگر ہڈی کا ہلاک یا مرمت امید کے مطابق ساکٹ میں ٹھیک نہیں ہوتی ہے تو، کندھے ڈھیلے رہ سکتے ہیں۔ آپ اس کو مسلسل سلائڈنگ یا بازو میں اعتماد کی کمی کے طور پر محسوس کریں گے۔ آپ کے سرجن کے ساتھ ملے لو، جو اسکیں کا بندوبست کر سکتے ہیں اور اختیارات پر بات چیت کر سکتے ہیں۔

آپریشن کے دوران کندھے کے قریب اعصاب پریشان ہو سکتے ہیں۔ یہ ہاتھ میں numbness، tingling یا کمزوری کے ایک پیچ کے طور پر ظاہر ہو سکتا ہے جو پہلے نہیں تھا۔ یہ اکثر عارضی طور پر ہوتا ہے، لیکن اس کی اطلاع دیں تاکہ اس کی جانچ پڑتال کی جا سکے۔

دیگر مسائل جیسے انفیکشن، زخم کے قریب خون کا مجموعہ، پیچ کے ساتھ ایک مسئلہ، یا منتقل شدہ ہڈی کے ٹکڑے میں ایک ٹوٹ سکتا ہے۔ یہ عام طور پر بڑھتے ہوئے درد، سوجن یا بخار کے طور پر دکھائے جاتے ہیں۔ اگر آپ کو یہ علامات نظر آئیں تو کلینک کو کال کریں، یا اگر آپ بیمار محسوس کریں تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

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

ہمیں کب کال کریں

زیادہ تر مسائل جلد ظاہر ہوتے ہیں، اور فوری کارروائی سے ان کا علاج آسان ہوتا ہے۔ ہمیں کال کریں اگر آپ کو بخار ہے، یا اگر زخموں کے ارد گرد کی جلد سرخ ہو جاتی ہے، زیادہ پھول جاتی ہے، یا سیال لیک ہونے لگتا ہے۔ اگر آپ کا درد کم ہونے کے بجائے بڑھتا رہے تو ہمیں بھی کال کریں۔

اگر آپ کو اچانک شدید درد، آپ کے پاؤں میں سوجن، یا سانس لینے میں دشواری ہو تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔ اگر آپ کا بازو بے حسی کا شکار ہو جائے یا آپ اسے بالکل بھی حرکت نہ دے سکیں۔

اس حالت کے بارے میں مزید کہاں سے پڑھ سکتے ہیں

یہ صفحہ آپریشن کے بارے میں ہے۔ یہ علاج کرتا ہے، بشمول اس بات کا ثبوت ہے کہ جب سرجری میں مدد ملتی ہے اور جب یہ نہیں ہوتا ہے، اس پر مزید تفصیل سے احاطہ کیا جاتا ہے۔ **گندھے کی عدم استحکام** صفحہ