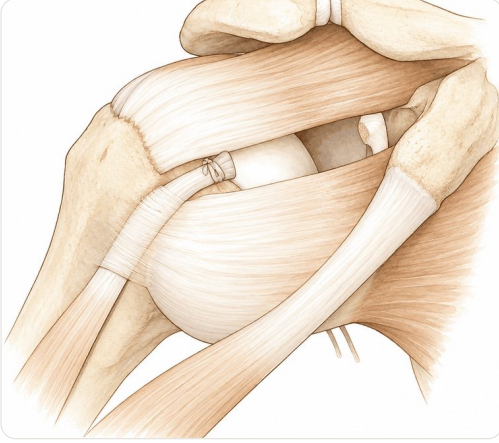


PATIENT INFORMATION



ہائیسٹیس ٹینوڈیسس

ہائیسٹیس ٹینوڈیسس کا لمبا سر ٹینوڈ کے اوپری حصے پر لنگر انداز ہوتا ہے اور ٹینوڈیسس کے ذریعہ ایک عام درد کا ذریعہ ہوتا ہے۔

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

میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیمپٹن میں اوپری ٹانگوں کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا کم سے کم جارحانہ اختیارات سے شروع کرتے ہیں جو آپ کی حالت کے مطابق ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے جی پی کے ذریعہ ہمارے کلینک کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ اگر کسی فزیو تھراپسٹ 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 امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں جہاں اس کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ یہ معلوم کیا جاسکے کہ آپ کے درد کی وجہ کیا ہے۔

ہائیسٹیس ٹینوڈیسس ایک ایسا آپریشن ہے جو ہائیسٹیس ٹینوڈ کے لمبے سر کو، آپ کے کندھے کے سامنے کی ٹینوڈ کو بازو کی ہڈی کے ایک نئے مقام پر دوبارہ جوڑتا ہے۔ ہم عام طور پر ان لوگوں کے لئے تجویز کرتے ہیں جن کے تندر کا درد غیر جراحی کی دیکھ بھال جیسے سرگرمی کی تبدیلی، فزیو تھراپی یا ہاتھ کی تھراپی، اور اسپلنٹنگ سے حل نہیں ہوا ہے۔ یہ دوسرے کندھے کی سرجری کے ساتھ ایک ہی وقت میں بھی کیا جاسکتا ہے، جیسے روٹریٹر کوف کی مرمت۔ آپریشن کا مقصد درد کو دور کرنا اور کندھے کی تقریب کو بحال کرنا ہے۔ زیادہ تر لوگ آپریشن کے بعد 5 سے 8 ماہ کے درمیان ایک معنی خیز بہتری حاصل کرتے ہیں۔

آپریشن سے پہلے

آپ کا سرجن آپ کو آپریشن سے پہلے واضح ہدایات دے گا۔ آپ کو سات گھنٹے پہلے کھانا اور پینا چھوڑنا ہوگا۔ یہ آپ کے آپریشن کو آگے لانے کے لئے کمزورے چھوڑ دیتا ہے اگر تھیر کی فہرست جلدی سے چلتی ہے۔ اپنے ڈاکٹر کو بتائیں کہ آپ کون سی ادویات استعمال کر رہے ہیں، بشمول میسٹری سے لی گئی گولیاں اور قدرتی ادویات۔ کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہو سکتی ہے، اور آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ کون سے اور کب۔ اس کے بعد کسی کو آپ کو کھر پھانچانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ اس دن گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ آرام دہ اور پرسکون کپڑے اور فیض پہنیں جو پہننا آسان ہے۔ اگر آپ کو دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بیہوش کرنے والے کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے، لیکن زیادہ تر لوگ ایسا نہیں کرتے ہیں۔

اس دن

آپ ہسپتال کے سرجیکل داخلہ ونٹ میں پہنچتے ہیں، جہاں آپ کا چیک ان کیا جاتا ہے اور آپ کو تھیر کے لئے تیار کیا جاتا ہے۔ اس کے بعد آپ بیہوشی کے باہر سے ملیں گے۔ یہ آپریشن ایک علاقائی اعصاب بلاک کے ساتھ مل کر جنرل اینسٹھیسیا 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۔ سلسلے کے بعد، آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں جبکہ اینسٹھیسیک 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 کچھ چھوٹے چھوٹے کٹوتیاں کرتا ہے، جن میں سے ایک پیچھے کی طرف ہے، اور جوڑے کے اندر ایک چھوٹے سے کیرے کے ساتھ کام کرتا ہے۔ ان کٹوتیوں کے ذریعے، سرجن دوپٹے تندور کے لمبے سر کو تلاش کرتا ہے، آپ کے کندھے کے سامنے تندور جو آپ کے درد کا سبب بن رہا ہے۔

سرجن پہنل ہوا اینڈو کو اس کے پرانے تعلق سے آزاد کرتا ہے، پھر اسے بازو کی ہڈی کے نچلے حصے میں ایک نئی جگہ پر لنگر انداز کرتا ہے۔ چھوٹے لنگر اور سلائی اس کی نئی جگہ میں تندور کو برقرار رکھتے ہیں۔ ایک بار جب تندور محفوظ ہو جاتا ہے تو، سرجن چیک کرتا ہے کہ یہ اچھی طرح سے بیٹھتا ہے اور آزادانہ طور پر چلتا ہے، پھر سلائیوں کے ساتھ کٹوتیوں کو بند کرتا ہے۔

اگر آپ کے روٹریٹری پیچ کی بھی مرمت کی جا رہی ہے، تو بانسپس کا کام اسی آپریشن کے دوران اسی کچھ ہول کٹوتیوں کے ذریعے کیا جاتا ہے۔

آپریشن کے بعد

جب آپ جاگیں گے، تو آپ بحالی کے علاقے میں ہوں گے، اور بعد میں آپ کو وارڈ میں منتقل کیا جائے گا۔ نرسیں آپ پر نظر رکھیں گی اور آپ کو دوائیں دیں گی تاکہ آپ آرام سے رہ سکیں۔ آپ کا بازو ایک سادہ پٹے میں آرام کرے گا، جو دھونے اور آپ کی مشقوں کے لیے اتار لیا جاتا ہے۔ زیادہ تر مریض اس آپریشن کے بعد ایک رات اسپتال میں رہتے ہیں، حالانکہ کچھ اسی دن گھر جانے کے قابل ہوتے ہیں۔ ہم تقریباً 10 دن تک بانسنگ 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۔ گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لیے کوئی آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ آپ کو کم از کم کچھ ہفتوں تک گاڑی نہیں چلانا چاہئے؛ ایک بار جب آپ کا سرجن آپ کو صاف کرتا ہے، عام طور پر کچھ ہفتوں کے جائزے میں، دیکھیں **اوپری اعضاء کی سرجری کے بعد ڈرائیونگ**۔

وصولی

پہلے چند دنوں میں آپ کے کندھے میں درد ہو گا اور آپ کو سوچن محسوس ہو سکتی ہے۔ یہ آہستہ آہستہ حل ہو جاتا ہے۔ درد کی دوا، آرام اور برف آپ کو آرام دہ رکھنے میں مدد کرتی ہے۔ آپ کا بازو ایک سادہ سلنگ میں آرام کرتا ہے، جو دھونے اور آپ کی مشقوں کے لئے ہٹا دیا جاتا ہے۔

آپ کا فزیوتھیراپسٹ آپ کو پہلے ہلکی حرکتوں کے ذریعے رہنمائی کرے گا۔ اگر صرف بانسپس کا آپریشن کیا گیا ہے، تو آپ کو کوہنی کا استعمال کرتے ہوئے مضبوط کرنے والے کام یا بازو کو سیدھے آگے اٹھاتے ہوئے روک دیں گے جب تک کہ آپ کا سرجن یہ نہ کہے کہ تندون تیار ہے۔ ایک بار جب آپ کی پٹائی اچھی طرح سے ختم ہو جائے گی، تو آپ اپنی حرکت اور طاقت کو قدم بہ قدم بڑھائیں گے۔

روزمرہ کے کاموں میں کچھ موافقت لینا پڑتی ہے۔ آپ کو شروع میں کپڑے پہننے اور کھانا پکانے جیسی چیزوں میں مدد کی ضرورت ہوگی، اور کسی کو گھر میں پہلے دن یا اس سے زیادہ کے لئے آپ کے ساتھ رہنا چاہئے۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] آپ اس وقت تک گاڑی نہیں چلا سکیں گے جب تک آپ کا سرجن آپ کو صاف نہ کر دے، عام طور پر چھ ہفتوں کے جائزے میں۔

زیادہ تر لوگ سرجری کے بعد کے مہینوں میں مستقل بہتری محسوس کرتے ہیں، ایک سال کے نشان سے پہلے درد اور فنکشن میں معنی خیز تبدیلی کے ساتھ۔ بہت سے لوگ پانچ سے چھ ماہ کے اندر کام پر واپس آ جاتے ہیں، حالانکہ یہ آپ کے کام کی نوعیت پر منحصر ہوتا ہے۔ بحالی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے۔ آپ کا سرجن اور فزیوتھراپسٹ آپ کے ٹائم لائن کی 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۔

بعض اوقات ٹینڈون اپنی نئی جگہ پر قائم نہیں رہ پاتا، یا وہ درد اور تناؤ جو آپ کو آپریشن کے لیے لے آیا تھا، جاری رہتا ہے۔ آپ اپنے کندھے یا اوپری بازو میں ایک تیز چبھنے محسوس کر سکتے ہیں، یا پرانا درد واپس آ رہا ہے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو اگلے جائزے میں اس کا ذکر کریں۔ اگر مسئلہ حل نہ ہو تو ایک اور آپریشن کیا جاسکتا ہے تاکہ ٹینڈن دوبارہ ٹھیک ہو جائے، اور زیادہ تر لوگ جو اس کی ضرورت رکھتے ہیں وہ اس کے نتیجے سے خوش ہیں۔

کندھے کے نیچے بازو کی ہڈی میں ٹوٹنا ایک نایاب مسئلہ ہے۔ آپ کو اپنے اوپری بازو میں اچانک شدید درد محسوس ہوگا، اکثر سوجن اور بازو کو حرکت دینے میں دشواری کے ساتھ۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

زخم کے ارد گرد انفیکشن ہو سکتا ہے۔ زخم سے باہر پھیلنے والی لالی، درد میں اضافہ، گرمی، یا زخموں سے سیال بہنے کے لیے چوڑکس رہیں۔ آپ کو بخار محسوس ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کو ان علامات میں سے کوئی بھی نظر آنے تو کلینک کو کال کریں۔ زیادہ تر زخموں کے انفیکشن زخم کی دیکھ بھال یا اینٹی بائیوٹکس کے ساتھ حل ہو جاتے ہیں، حالانکہ کچھ کو مزید علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔

آپریشن کے دوران کندھے کے قریب اعصاب پریشان ہو سکتے ہیں۔ یہ numbness، tingling، یا جلد کے ایک ٹکڑا ہے کہ مختلف محسوس ہوتا ہے کا سبب بن سکتا ہے۔ اگر آپ کو یہ محسوس ہوتا ہے تو اپنے سرجن یا کلینک کو بتائیں۔

آپریشن کے بعد کندھے میں سختی آسکتی ہے۔ آپ کو اپنی پیٹھ کے پیچھے پہنچنا یا اپنا بازو اٹھانا مشکل محسوس ہو سکتا ہے، اور حرکت درد کی بجائے دباؤ محسوس کرتی ہے۔ اپنے جائزہ میں اس کا ذکر کریں، کیونکہ آپ کا فزیوتھراپسٹ اس پر جلد کام کر سکتا ہے۔

کچھ لوگوں کو کندھے کے سامنے درد ہوتا رہتا ہے جہاں ٹینڈون بیٹھا ہوتا تھا، بانسپس کے پٹھوں میں درد یا کرپشن کے ساتھ۔ اگر یہ جاری رہتا ہے تو، آپ کے جائزہ میں اس کو اٹھائیں۔

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

ہمیں کب کال کریں

اگر آپ کو زخم کے ارد گرد لالی پھیلنے، اس سے سیال نکلنے، درد میں اضافے یا بخار کا احساس ہو تو کلینک کو کال کریں۔ ہمیں numbness، tingling، یا مختلف محسوس ہوتا ہے کہ جلد کے ایک پیچ کے بارے میں بتائیں۔ کندھے یا اوپری بازو میں نئی سختی یا تیز چبھنے کا ذکر کریں۔

اگر آپ کے بالائی بازو میں اچانک شدید درد ہو تو سوجن اور بازو کو حرکت دینے میں دشواری کے ساتھ ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔ اگر آپ کے پاؤں میں سوجن یا درد ہو، سانس کی قلت ہو، سینے میں درد ہو، یا آپ اپنے بازو کو حرکت نہیں دے سکتے یا اسے محسوس نہیں کر سکتے تو جیجی جائیں۔

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۔ **بائسپس ٹینڈینوٹومی اور لانگ ہیڈ تھچر** صفحہ