



کنجمنڈ کنڈھے کے لئے کیسولر ریلیز

کنڈھے کا جوڑ ایک سخت ریشہ ڈاکٹرسول کے اندر بیٹھتا ہے (یہاں دکھایا گیا ہے)۔ منجمنڈ کنڈھے میں یہ کیسولر سکلڈ جاتا ہے اور سخت ہو جاتا ہے۔ کیسولر ریلیز مشترکہ کو آزاد کرنے کے لئے معاہدہ شدہ نشو و کاٹ دیتی 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 ہیرپاراکم 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 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 تقرری پر ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کے کنڈھے کا معائنہ کرتے ہیں، اور تشخیص کی تصدیق کے لئے اگر ضروری ہو تو امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں۔

منجمنڈ کنڈھے کے درد اور سختی کا سبب بنتا ہے کیونکہ کیسولر، جو مشترکہ کے ارد گرد کش استر ہے، سوزش اور تنگ ہو جاتا ہے۔ ہم عام طور پر غیر جراحی کی دیکھ بھال کے ساتھ شروع کرتے ہیں جیسے فیزیوتھراپی، پینکشن اور انجکشن۔ جب اس سے کافی بہتری نہ آتی ہو تو سرجری پر غور کیا جاتا ہے۔ کیسولر ریلیز کا مطلب ہے کہ اس استر کے تنگ حصوں کو کاٹنا تاکہ کنڈھے کو دوبارہ آزادانہ طور پر منتقل کیا جاسکے۔ ہم اس کی تجویز کرتے ہیں جب آپ کی سختی دوسرے علاج کے اچھے تجربے کے باوجود حل نہیں ہوتی ہے، اور یہ کنڈھے کے ارد گرد چھوٹے incisions کے ذریعے ایک keyhole آپریشن کے طور پر کیا جاتا ہے۔ زیادہ تر لوگوں کو سرجری کے فوراً بعد کم درد اور زیادہ آزادانہ حرکت کا احساس ہوتا ہے، اور اس آپریشن کا مقصد حرکت کو بحال کرنا، درد کو کم کرنا اور آپ کے کنڈھے کو روزمرہ کے استعمال میں واپس لانا ہے۔

آپریشن سے پہلے

آپ کا سرجن آپ کو آپریشن سے پہلے کے ہفتوں میں واضح ہدایات دے گا۔ آپ کو سات گھنٹے پہلے تک کھانا اور پینا چھوڑنا ہوگا۔ ہم چھ کے بجائے سات ماگتے ہیں تاکہ آپ کا آپریشن آگے بڑھایا جاسکے اگر تھیر کی فہرست پہلے چل جائے سر خون کو پتلا کرنے والی ادویات سمیت جو بھی ادویات آپ لے رہے ہیں ان کے بارے میں اپنے ڈاکٹر کو بتائیں کیونکہ بعض ادویات کو روکنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ اس دن ان کی ایک لکھی ہوئی فہرست لے آؤ۔ اس کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لئے کسی سے رابطہ کریں، اور ڈھیلے آرام دہ کپڑے پہنیں جو تبدیل کرنا آسان ہے۔ ایسکس رے، الٹراساؤنڈ یا ایم آر آئی اسکین جیسے امیجنگ آپریشن کی منصوبہ بندی میں مدد کرتی ہے اور آپ کے کنڈھے کی حالت کو ظاہر کرتی ہے۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بیہوشی کے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اس دن

آپ ہسپتال کے سرجیکل داخلہ یونٹ میں پہنچتے ہیں، جہاں آپ کا چیک اپ کیا جاتا ہے اور آپ کو تھپڑ کے لئے تیار کیا جاتا ہے۔ اس کے بعد آپ بیہوش کرنے والے ڈاکٹر سے ملتے ہیں، وہ ڈاکٹر جو آپ کے بیہوش کرنے اور درد سے نجات دلانے کا انتظام کرتا ہے۔ یہ آپریشن ایک علاقائی اعصاب بلاک کے ساتھ مل کر جنرل اینسٹھیسیا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپ کا آپریشن مکمل طور پر نیند میں ہوگا، اور بلاک (ایک انجکشن جو آپ کے جانے سے پہلے بازو کو سپلائی کرنے والے اعصاب کو بے ہوش کرتا ہے) آپریشن کے بعد پہلے 12 سے 24 گھنٹوں کے لئے درد میں راحت فراہم کرتا 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 تھپڑ میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔ جب یہ ختم ہو جاتا ہے، تو آپ بحالی کے علاقے میں جاگتے ہیں، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں جب تک کہ اینسٹھیک اثر ختم ہو جاتا ہے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جاتے ہیں، آپ یا تو وارڈ میں جاتے ہیں یا کھر جاتے ہیں، طریقہ کار اور آپ کی بحالی پر منحصر ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

آپ کا سرجن یہ آپریشن ایک کچھ ہول طریقہ کار کے طور پر کرتا ہے۔ آپ کے کندھے کے ارد گرد کچھ چھوٹے چھوٹے کٹوتیاں کی جاتی ہیں، جن میں سے ایک پیچھے کی طرف ہوتی ہے۔ ایک چھوٹے کمرے کے ساتھ ایک پتلی ٹیوب مشترکہ کے اندر جاتا ہے تاکہ سرجن ایک سکریں پر کیپسول، مشترکہ کے ارد گرد تنگ استر دیکھ سکتے ہیں۔

اس کے بعد ٹشو کے تنگ بینڈوں کو کندھے کو آزاد کرنے کے لئے کاٹا جاتا ہے۔ سرجن مفصل کی پوری استر کے ارد گرد کام کرتا ہے، کندھے کے اوپر کے قریب شروع ہوتا ہے اور نیچے اور ارد گرد منتقل ہوتا ہے۔ کیپسول کا ایک حصہ کاٹنا صرف ایک سمت میں تحریک کو آزاد کرتا ہے، لہذا رہائی پورے مشترکہ کا احاطہ کرتا ہے۔ مشترکہ کے اندر سوزش والے ٹشو کو بھی صاف کیا جاسکتا ہے۔ جوڑوں کے پیچھے کے قریب چلنے والے اعصاب کے قریب دیکھ بھال کی جاتی ہے، اور ان کی حفاظت کے لئے رہائی تھوں میں کی جاتی ہے۔

ایک بار جب سخت ٹشو کو چھوڑ دیا گیا ہے، آپ کے کندھے کو آہستہ آہستہ منتقل کیا جاتا ہے کہ تحریک کی نئی سیج کی جانچ پڑتال کی جائے۔ اس کے بعد چھوٹے چھوٹے زخموں کو سلائیوں سے بند کیا جاتا ہے اور ان پر پٹی لگائی جاتی ہے۔ مقصد سادہ ہے: جو تنگ ہے اسے کاٹ دیں تاکہ جوڑ دوبارہ آزادانہ طور پر حرکت کر سکے۔

آپریشن کے بعد

زیادہ تر مریض اس آپریشن کے بعد ایک رات اسپتال میں رہتے ہیں، حالانکہ کچھ اسی دن گھر جانے کے قابل ہوتے ہیں۔ آپ بحالی کے علاقے میں جاتے ہیں، پھر وارڈ میں منتقل۔ آپ کا بازو آرام کے لئے ایک سادہ سلنگ میں آرام کرتا ہے؛ یہ مشقوں اور دھونے کے لئے آتا ہے۔ ایک نرس آپ کو نرم حرکتیں دکھانے کی جو آپ کو فوراً شروع کرنی ہوں گی، اور آپ انہیں دن بھر کرتے رہیں گے۔ درد سے نجات آپ کے جانے سے پہلے کی منصوبہ بندی کی جاتی ہے، لہذا زیادہ تر لوگ پہلے دن یا دو کو قابل انتظام پاتے ہیں۔ کسی نے پہلے 24 گھنٹے کے لئے آپ کے ساتھ رہنا چاہئے۔ ہم تقریباً 10 دن تک پانسٹنک 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

زیادہ تر لوگ تبدیلی کو فوراً محسوس کرتے ہیں۔ تنگ، پکڑنے والا درد جو نیند اور لباس پہننے کو مشکل بنا دیتا ہے اکثر پہلے دنوں سے بہت کم ہوتا ہے۔ آپ کا بازو اب بھی درد محسوس کرے گا، اور جہاں کام کیا گیا تھا وہاں کندھے کو چوٹ اور سوجن محسوس ہو سکتی ہے۔ یہ پہلے دو

ہفتوں میں حل ہو جاتا ہے۔ آپ کی ہلکی حرکتوں کو برقرار رکھنا، آپ کو دیا گیا درد سے نجات کا استعمال کرنا، اور ورزش کے اوقات کے درمیان آپ کے بازو کو پچھانسی میں رکھنا سبھی مدد کرتے ہیں۔

آپ کے دن سادہ، بار بار ورزش پر موزوں ہوں گے۔ ایک نرس آپ کو ہسپتال چھوڑنے سے پہلے پہلی حرکتیں دکھائے گی، اور آپ انہیں دن بھر دہرائیں گے تاکہ نئی حرکت دوبارہ سخت نہ ہو جائے۔ آپ کا فزیوتھیراپسٹ پھر آپ کے پروگرام کی رہنمائی کرتا ہے، نرم مدد سے چلنے والی حرکتوں سے لے کر ایسی حرکتوں تک جو آپ خود کرتے ہیں۔ آپ کے لئے کیا کرنا بہتر ہے؟ آپ کھریں آزادانہ طور پر کھوم سکتے ہیں، لیکن ڈرائیونگ کرنے سے پہلے آپ کے سرجن کی منظوری تک انتظار کریں، عام طور پر چھ ہفتوں کے جائزے پر۔ ہمارا گائیڈ **اوپری ٹانگوں کی سرجری کے بعد ڈرائیونگ** اس کو مزید تفصیل سے بیان کرتا ہے۔

جیسے جیسے حرکت واپس آتی ہے، روزمرہ کے کام مرحلوں میں واپس آتے ہیں: آپ کی پیٹھ تک پہنچنا، اپنا بازو سر کے اوپر اٹھانا، پھر کام پر واپس آنا اور وہ سرگرمیاں جو آپ کو پسند ہیں۔ سخت پانی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے، اور آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور فزیوتھیراپسٹ ہر جائزے میں آپ 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۔

آپ کے کندھے کے ارد گرد چھوٹے چھوٹے زخموں میں انفیکشن ہو سکتا ہے۔ کسی زخم سے پھیلنے والی لالچ، سوجن جو خراب ہو جاتی ہے، یا جگہ سے سیال لیک ہونے پر نظر رکھیں۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] اگر آپ کو ان میں سے کوئی بھی نظر آئے تو اگلے دورے کا انتظار کرنے کے بجائے کلینک کو کال کریں۔ ابتدائی طور پر پکڑے گئے انفیکشن عام طور پر نالی اور اینٹی بائیوٹک کو لیوں کے ایک کور کے ساتھ آباد ہوتے ہیں۔

اعصاب کندھے کے قریب چلتے ہیں، اور ان کے قریب سرجری عارضی جلن کا سبب بن سکتی ہے۔ آپ کو اپنے بازو میں جھنجھلاہٹ، انجکشن اور انجکشن، یا بے حسی کے دھبے محسوس ہو سکتے ہیں۔ کچھ لوگوں کو محسوس ہوتا ہے کہ ان کے بازو کا ایک حصہ کمزور محسوس ہوتا ہے یا جواب دینے میں سست ہوتا ہے۔ یہ تبدیلیاں عام طور پر عارضی ہوتی ہیں اور دنوں سے لے کر مہینوں تک خود بخود حل ہو جاتی ہیں۔ اپنے جائزے میں کسی بھی نئے numbness یا tingling کا ذکر کریں، یا کلینک کو فون کریں اگر یہ اچانک ظاہر ہوتا ہے۔

آپریشن کے دوران ہڈی اور جوڑ کی ہموار استر کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ آپ اسے درد کے طور پر محسوس کریں گے جو آپریشن کے بعد معمول کے درد سے مختلف ہے، یا جب آپ حرکت کرتے ہیں تو کلک یا پیسنے کا احساس ہوتا ہے۔ یہ آپ کے اگلے جائزہ لینے پر لانے تاکہ یہ چیک کیا جا سکتا ہے۔

آپ کے بازو کو اٹھانے اور گھمانے میں مدد دینے والے تندوروں کا گروپ، رویٹر مینڈف بھی متاثر ہو سکتا ہے۔ یہ کندھے کے پہلو میں گہرے درد کی طرح محسوس ہوتا ہے، جب آپ اپنا بازو اٹھاتے ہیں یا سر کے اوپر پہنچتے ہیں تو کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ [صفحہ ۱۲ پر تصویر] اپنے سرجن یا فزیوتھیراپسٹ کو بتائیں اگر یہ بہتر نہیں ہوتا جیسا کہ توقع کی جاتی ہے، تاکہ وہ اس کا معائنہ کر سکیں اور آپ کے پروگرام کو ایڈجسٹ کر سکیں۔

اگر جائزوں کے درمیان کوئی چیز آپ کو پریشان کرتی ہے تو کلینک کو کال کریں۔ 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 بخار، یا اگر زخم میں لالی، سوجن یا سیال بہہ رہا ہے تو فوری طور پر کلینک کو کال کریں۔ ہمیں کال کریں اگر آپ کو اچانک شدید درد، نئی بے حسی یا جھٹ محسوس ہو، یا اگر آپ اپنے بازو کو حرکت نہیں دے سکتے۔ اگر آپ کے پاؤں میں سوجن یا درد ہو یا سانس کی

قلت ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں، کیونکہ یہ خون کے جمنے کا اشارہ دے سکتے ہیں۔ اگر کوئی چیز آپ کو پریشان کرتی ہے اور آپ کو یقین نہیں ہے تو ہمیں کال کریں۔ ہم اس کے بارے میں جلد ہی سننا پسند کریں گے۔

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۔ **منجملہ کندھے** صفحہ