



PATIENT INFORMATION

جامع آرتھروسکوپک ٹیکنیٹ (سی اے ایم)

جامع آرتھروسکوپک ٹیکنیٹ مقامی مشترکہ کو محفوظ رکھتا ہے ترقی یافتہ کندھے کے گٹھائی کے ساتھ نوجوان، فعال مریضوں کے لئے مشترکہ بچانے کا اختیار۔

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 ہیملٹن 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 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۔ ہم آپ کی تاریخ کا جائزہ لیتے ہیں، آپ کا معائنہ کرتے ہیں اور جہاں ضرورت ہو امیجنگ کرتے ہیں۔

کندھے کے پہننے اور پھٹنے والے گٹھیا کے لئے، ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں: آپ کی سرگرمیوں کو تبدیل کرنا، فیزیوتھراپی، سوزش مخالف ادویات، اور انجکشن۔ جب یہ کافی بہتری نہیں دی ہے تو سرجری پر غور کیا جاتا ہے۔

جامع آرتھروسکوپک ٹیکنیٹ (سی اے ایم) ایک کلیدی سوراخ کا آپریشن ہے جو کندھے کے جوڑے کے اندر خراب شدہ سطحوں اور نرم بافتوں کا علاج کرتا ہے۔ یہ عام طور پر نوجوان، متحرک لوگوں کو پیش کیا جاتا ہے جن کے پاس آرتھرائٹس ہے لیکن اپنے مشترکہ کو برقرار رکھنا چاہتے ہیں اور کندھے کی تبدیلی میں تاخیر کرتے ہیں۔ ہلکے گٹھیا اور شدید درد کے ساتھ کچھ لوگ بھی مناسب ہو سکتے ہیں۔

آپریشن کا مقصد درد کو کم کرنا اور آپ کے کندھے کی نقل و حرکت اور کام کو بہتر بنانا ہے۔ مطالعے میں، 76.9 فیصد لوگوں کو جو اس آپریشن کے بعد کم از کم 5 سال بعد بھی ان کے اپنے مشترکہ تھے۔ ہم اس بات پر تبادلہ خیال کریں گے کہ آیا یہ آپ کے لئے موزوں ہے، اور آپ اس فیصلے میں شریک ہیں۔

آپریشن سے پہلے

آپ کے سرجری کے دن سے پہلے آپ کا سرجن آپ کو واضح ہدایات دے گا جن پر عمل کرنا ہے۔ آپ کو سات گھنٹے پہلے کھانا اور پینل چھوڑنا ہوگا۔ یہ آپ کے آپریشن کو آگے لانے کے لئے کمزری کی اجازت دیتا ہے اگر تھیر کی فہرست جلدی سے چلتی ہے۔ کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہو سکتی ہے، اور آپ کا سرجن آپ کو بتائے گا کہ کون سے اور کب تک۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست لے کر آئیں، بشمول گولیاں، انجکشن اور قدرتی علاج۔ اس کے بعد کسی کو آپ کو گھر تک پہنچانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ آرام دہ اور پرسکون لباس پہنیں جو آپ کے کندھے پر ڈالنا آسان ہے۔ آپریشن کی منصوبہ بندی کرنے کے لئے امیجنگ جیسے

ایکس رے، ایم آر آئی یا الٹراساؤنڈ کی ضرورت ہو سکتی 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 پہنچیں گے، جہاں آپ کی جانچ پڑتال کی جائے گی اور تھیر کے لئے تیار کیا جائے گا۔ آپ کو پہلے ایک وارڈ میں نہیں جائیں گے، آپریشن سے پہلے بیہوشی کے ماہر آپ سے ملیں گے اور آپ کو دونوں حصوں کے بارے میں بتائیں گے۔ یہ آپریشن ایک علاقائی اعصاب بلاک کے ساتھ مل کر جنرل اینسٹھیزا 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۔ پھر آپ کو آپریشن تھیر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

آپ ریکوری ایریا میں جاگیں گے، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کریں گی جب تک کہ اینسٹیک کا اثر ختم نہ ہو جائے۔ 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۔ چونکہ اعصابی رکاوٹ آپ کے بازو کے ایک حصے کو پہلے 12 سے 24 گھنٹوں کے لئے بے ہوش کر سکتی ہے، اس لیے آپ کو گھر تک ڈرائیو کرنے کے لیے کسی کی ضرورت ہوگی، جیسا کہ پچھلے حصے میں بیان کیا گیا ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

CAM ایک keyhole آپریشن ہے۔ آپ کا سرجن آپ کے کندھے کے گرد کچھ چھوٹے چھوٹے کٹاؤ دیتا ہے، جن میں سے ہر ایک تقریباً 1 سینٹی میٹر کا ہوتا ہے۔ ایک پتلا کیرہ اور چھوٹے آلات جوڑوں کے اندر کام کرنے کے لیے ان کٹوتیوں سے گزرتے ہیں۔

ایک بار اندر، آپ کا سرجن جوڑ کو صاف کرتا ہے۔ یہ کارٹیلج یا ہڈی کے ڈھیلے ٹکڑوں کو ہٹانے، پہنے ہوئے مشترکہ سطحوں کو ہموار کرنے اور سوزش والے ٹشو کو صاف کرنے میں شامل ہو سکتا ہے۔ مشترکہ کے ارد گرد تنگ ٹشو جاری ہے تاکہ کندھے زیادہ آزادانہ طور پر منتقل کر سکتے ہیں۔ اگر کندھے کے سامنے کا اعصاب زخم کے ٹشو کی طرف سے دبایا جا رہا ہے، تو یہ آزاد ہو جاتا ہے۔ اگر پیسیس عضلہ کے اوپری حصے میں تاندون ختم ہو جاتا ہے، تو یہ اوپری بازو کی ہڈی میں لنگر انداز ہو جاتا ہے تاکہ یہ مزید درد کا سبب نہ بنے۔ ہڈی میں چھوٹے چھوٹے سوراخ بنائے جاتے ہیں جہاں غضروف ختم ہو جاتا ہے، جو نئے داغ کی طرح کے ٹشو کو بڑھنے اور مشترکہ کو کم کرنے کی حوصلہ افزائی کرتا ہے۔ مشترکہ کی کینڈ کے پچھلے حصے پر ہڈی کے trimmed دور spurs اور ہڈی کے کندھے کی دیکھ بھال کے بارے میں

چھوٹے چھوٹے زخموں کو سلائینوں سے بند کیا جاتا ہے اور ڈریسنگ سے ڈھانپ دیا جاتا ہے۔ آپ کے کندھے کی دیکھ بھال کے بارے میں ہدایات کے ساتھ آپ گھر جائیں گے، اور ڈریسنگ تقریباً 10 دن تک رہتی ہے۔

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 جاگ جائے گا، پھر وارڈ میں منتقل۔ اعصابی رکاوٹ کی وجہ سے آپ کا بازو پہلے 12 سے 24 گھنٹوں کے لئے بے حس یا بھاری محسوس ہو سکتا ہے۔ جیسا کہ یہ ختم ہو جاتا ہے، آپ کو کچھ تکلیف محسوس ہو سکتی ہے، اور نرسیں آپ کو اس کو سنبھالنے کے لئے درد سے نجات دے گی۔ آپ کو آپ کے بازو ایک sling میں حملت کے ساتھ گھر جائیں گے۔ ہم تقریباً 10 دن تک پانسنگ 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۔ زیادہ تر لوگ گھر میں چلنے پھرنے اور ہلکے کاموں کو فوراً کر سکتے ہیں۔ براہ کرم پہلے 24 گھنٹوں کے لئے آپ کے ساتھ رہنے کے لئے کسی کو بندوبست کریں۔

وصولی

پہلے دن یا دو کے لئے، آپ کا بازو اعصابی رکاوٹ کی وجہ سے بے حسی اور بھاری محسوس کرے گا۔ جیسا کہ یہ ختم ہو جاتا ہے، کچھ درد اور کندھے کے ارد گرد سوجن کی توقع ہے۔ آرام، آنس پیک اور درد سے نجات کا منصوبہ جو ہم آپ کو دیتے ہیں اسے قابو میں رکھیں گے۔ زیادہ تر لوگوں کو محسوس ہوتا ہے کہ پہلے دو ہفتوں میں یہ تکلیف آہستہ آہستہ ختم ہو جاتی ہے۔

آپ اپنے بازو ایک sling میں کے ساتھ گھر جائیں گے۔ آپ کا فزیو تھراپسٹ آپ کو ابتدائی طور پر ہلکی حرکتوں کے ذریعے رہنمائی کرے گا، پھر آپ کے کندھے کی اجازت کے طور پر طاقت کے کام کی تعمیر کریں گے۔ آپ گھر کے ارد گرد چل سکتے ہیں اور گھر میں ہلکے کاموں کو فوری طور پر کر سکتے ہیں، لیکن آپ کو شروع میں کپڑے پہننے اور اوپر تک پہنچنے جیسے کاموں میں مدد کی ضرورت ہوگی۔ ابتدائی دنوں میں سیدھے یا تلیے پر لیٹ کر سونا زیادہ آرام دہ ہوتا ہے۔ ڈریسنگ خشک رکھیں اور اسے چھوڑ دیں؛ ہم آپ کے ساتھ اس کا جائزہ لیں گے۔

بحالی مراحل میں ہوتی ہے، اور ہر ایک کیلنڈر پر ایک تاریخ کے بجائے آپ کے کندھے پر کیا کر سکتے ہیں پر مبنی ہے۔ جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے اور حرکتیں واپس آتی ہیں، روزمرہ کے کام آسان ہو جاتے ہیں۔ ایک بار جب آپ کا سرجن آپ کو صاف کرتا ہے، عام طور پر چھ ہفتوں کے جائزے میں، آپ دوبارہ گاڑی چلا سکتے ہیں۔ **اوپری اعضاء کی سرجری کے بعد ڈرائیونگ**۔ جی ہاں۔ مضبوطی آخری وقت میں آتی ہے، ایک بار جب آپ کے کندھے درد کے بغیر اسے برداشت کرتے ہیں۔

ہر کوئی اپنی رفتار سے شفا پاتا ہے، لہذا آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور فزیو تھیراپسٹ ہر دورے پر آپ کی پیشرفت کی جانچ کریں گے اور اگر ضرورت ہو تو منصوبہ کو ایڈجسٹ 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۔

کیل ہول کندھے کی سرجری میں پیچیدگیوں کی شرح کم ہوتی ہے۔ [صفحہ ۲۸ پر تصویر]

اگر آپ کے پاس پہلے سے ہی کارپل ٹنل سنڈروم یا آپ کی انگلیوں یا ہاتھ میں تندور کی سوزش ہے، تو آپ کے آپریشن سے پہلے ہمیں بتائیں۔ یہ حالات آپریشن کے بعد ہاتھ اور انگلیوں کے مسائل کا باعث بنتے ہیں۔ ہاتھ میں سوجن بھی ایسا ہی کر سکتی ہے۔ آپ کو اپنی انگلیوں میں فہجھلاہٹ، بے حسی یا سوجن محسوس ہو سکتی ہے جو پہلے نہیں تھی۔ اپنے اگلے جائزے میں اس کا ذکر کریں، یا اگر یہ تیزی سے خراب ہو جاتا ہے تو کلینک کو کال کریں۔

کلچ ہول کندھے کی سرجری کے بعد سختی سب سے عام مسئلہ ہے۔ آپ کے کندھے کو تنگ اور حرکت کرنے میں مشکل محسوس ہو سکتی ہے، اور آرام کے ساتھ تنگی کم نہیں ہو سکتی ہے۔ اگر پہلے دو ہفتوں کے بعد بھی آسان حرکتیں تکلیف دہ اور محدود رہتی ہیں تو اپنے جائزہ میں اس کا ذکر کریں۔ زیادہ تر سختیاں بغیر کسی اور آپریشن کے خود بخود ختم ہو جاتی ہیں۔

ایک ہی کندھے میں گھٹیا کا ہونا آپریشن کے فوراً بعد اور بعد میں دونوں طرح کے مسائل کا امکان بڑھاتا ہے۔ یہ ایک وجہ ہے کہ ہم آپریشن پر فیصلہ کرنے سے پہلے احتیاط سے آپ کے ساتھ اختیارات کے ذریعے بات کرتے ہیں۔

چابی کے سورخ کی سرجری کے دوران، چھوٹے اوزار ٹشو کے ذریعے سلانی لے جاتے ہیں۔ ان آلات میں سے ایک کبھی کبھار ٹوٹ سکتا ہے، جو جوڑ کے اندر ایک چھوٹا سا ٹکڑا چھوڑ دیتا ہے۔ آپ عام طور پر خود یہ محسوس نہیں کریں گے۔ آپ کا سرجن آپریشن کے دوران اس کی نگرانی کرتا ہے اور وہاں اس کا انتظام کرتا ہے۔

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

ہمیں کب کال کریں

زیادہ تر لوگ بغیر کسی مسئلے کے صحت یاب ہو جاتے ہیں، لیکن کچھ علامات کو فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ کو بخار ہو تو ہمیں فوراً کال کریں، یا اگر زخموں کے ارد گرد کی جلد زیادہ سے زیادہ سرخ ہو جائے یا سیال خارج ہونے لگے۔ اگر آپ کو اچانک شدید درد، آپ کے پاؤں میں سوجن، یا سانس کی قلت ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر آپ کے ہاتھ یا بازو کا احساس ختم ہو جائے یا آپ اسے بالکل بھی حرکت نہ دے سکیں تو ہمیں کال کریں۔ اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ کوئی علامت سنگین ہے یا نہیں، تو کلینک کو کال کریں اور ہم آپ کو فیصلہ کرنے میں مدد 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۔ **گندھے کا کٹھیا** صفحہ