

کمر ڈیمپریشن

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 ہیر پارا 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 فزیوتھراپسٹ 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 ملاقات پر ہم ایک تاریخ لے، آپ کا معائنہ، اور اس کی ضرورت ہے جہاں امیجنگ کا بندوبست۔ اس طرح کے لباس اور آنسو کے مسائل کے لئے، ہم عام طور پر پہلے غیر آپریشنل دیکھ بھال کی کوشش کریں۔ [صفحہ ۲۲ پر تصویر] ہم آپریشن پر غور کرتے ہیں جب ان اقدامات نے آپ کو کافی بہتری نہیں دی ہے۔

کمر ڈیمپریشن کا مطلب ہے کہ آپ کی کمر کے نچلے حصے میں اعصاب پر دباؤ ڈالنا۔ یہ عام طور پر ریڑھ کی ہڈی کے اسٹینوسس کے لئے پیش کیا جاتا ہے، جہاں اعصاب کے ارد گرد خالی جگہوں کو تنگ اور ان کو دبا دیا گیا ہے۔ آپ کے سرجن نے شاید اس کی سفارش کی ہے کیونکہ آپ کی ٹانگ کا درد آپ کی کمر کے درد سے زیادہ ہے، جو اس آپریشن کے بہترین نتائج سے منسلک ہے۔ سرجری کا مقصد اس ٹانگ کے درد کو کم کرنا اور آپ کو بہتر حرکت اور کام کرنے میں مدد دینا ہے۔ زیادہ تر لوگوں میں، فیوژن کے بغیر ڈیمپریشن 2 ہفتوں کے اندر بہتری لاتا ہے۔

آپریشن سے پہلے

ایک بار جب آپریشن کی منصوبہ بندی کی جاتی ہے، ہم آپ کو پیروی کرنے کے لئے واضح ہدایات دیں گے۔ آپ کو سات گھنٹے پہلے تک کھانا اور پینا چھوڑنا ہوگا۔ ہم چھ کے بجائے سات مانگتے ہیں تاکہ آپ کا آپریشن آگے لے جایا جاسکے اگر تھیر کی فہرست جلدی چلتی ہے۔ کچھ ادویات کو روکنے کی ضرورت ہو سکتی ہے، اور ہم آپ کو بتائیں گے کہ کون سے اور کب۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی ایک تحریری فہرست لے کر آئیں، بشمول کسی بھی قدرتی یا اوور ریگٹر مصنوعات۔ اس کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لئے کسی کو بندوبست کریں۔ اس دن ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔ ایس رے یا ایم آر آئی اسکین جسے امیجنگ سے آپریشن کی منصوبہ بندی میں مدد ملتی ہے، اور آپ کے پہلے دوروں سے ہمارے پاس یہ پہلے ہی موجود ہوں گے۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا ایسٹھیزیا کے ماہر کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے، جو ڈاکٹر آپ کو ایسٹھیزیا دیتا ہے۔

اس دن

آپ ہسپتال کے سرجیکل داخلہ یونٹ میں جائیں گے، جہاں آپ کو چیک کیا جاتا ہے اور تھیر کے لئے تیار کیا جاتا ہے۔ آپ بیہوشی کے ماہر سے ملیں گے، وہ ڈاکٹر جو آپ کو بیہوشی دے گا۔ یہ آپریشن عمومی ایسٹھیزیا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے کبھی کبھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ ایسٹھیزسٹ اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ 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 جائیں تو، آپ یا تو وارڈ میں جائیں گے یا گھر جائیں گے، طریقہ کار اور آپ کی بحالی پر منحصر ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

کمر کے دباؤ کو آپ کی کمر کے نچلے حصے کے وسط میں ایک کٹ کے ذریعے کیا جاتا ہے، اس سطح سے زیادہ جو آپ کے علامات کا سبب بن رہا ہے۔ آپ کا سرجن ریڑھ کی ہڈی کے ساتھ ساتھ چلنے والی چھوٹی چھوٹی پٹھوں کے ذریعے یا اس کے قریب کام کرتا ہے، اور ایسی تکنیکیں جو ان پٹھوں کو بچاتی ہیں، ریڑھ کی ہڈی کے پیچھے کی ہڈیوں اور ان کے درمیان تعلقات کو اکثر استعمال کیا جاتا ہے۔ مقصد یہ ہے کہ آپ اپنی کمر کو ضرورت سے زیادہ پریشان کیے بغیر تک جہوں تک پہنچیں۔

ایک بار جب اعصاب نظر میں آجائیں تو آپ کا سرجن ان پر دباؤ ڈالنے والے ٹشو اور ہڈی کو ہٹا دیتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ ہڈی کے قوس کے اس حصے کو کاٹنا جو اعصاب کو ڈھانپتا ہے، یا اگر تنگ ہونا شدید ہے تو اس سطح پر پورے قوس کو ہٹانا۔ ریڑھ کی ہڈی کی نہر کے اندر کا موٹا رباط، جو دباؤ کا ایک عام ذریعہ ہے، کو بھی ہٹا دیا جاسکتا ہے۔ اگر ایک پہنی ہوئی ڈسک اعصاب پر پھول رہی ہے تو پھولنے والا حصہ ہٹا دیا جاتا ہے۔ اس کا مقصد اعصابی جڑوں کو جگہ دینا ہے، اور جہاں تک ممکن ہو آپ کی ریڑھ کی ہڈی کو مستحکم کرنے والے چھوٹے جوڑوں کو کام کرتے رکھنا ہے۔

کبھی کبھی ریڑھ کی ہڈی بہت ڈھیلی ہوتی ہے تاکہ اضافی مدد کے بغیر محفوظ رہے۔ اس صورت میں آپ کا سرجن دو فقروں کو ایک ساتھ جوڑ کر ان کو ایک ہڈی کے طور پر شفا دے سکتا ہے۔ یہ زیادہ امکان ہے اگر ایک ریڑھ کی ہڈی آگے ٹھک رہی ہے، اگر اعصاب کو آزاد کرنے کے لئے بہت زیادہ ہڈی کو ہٹانے کی ضرورت ہے، یا اگر اسکلین دکھاتا ہے کہ ریڑھ کی ہڈی غیر مستحکم ہے۔ فیوژن عام طور پر دھات کے پیچ اور سلاخوں کا استعمال کرتا ہے تاکہ ہڈیوں کو ابھی تک برقرار رکھا جاسکے جبکہ وہ شفا بخش ہیں۔ آپ کا سرجن آپ کو آپریشن سے پہلے بتائے گا کہ کیا آپ کے لئے صرف ڈیکمپریشن یا فیوژن کے ساتھ ڈیکمپریشن کی منصوبہ بندی کی گئی ہے، اور کیوں۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جاگ جائے گا، پھر آپ کو مستحکم ہیں ایک بار وارڈ میں منتقل۔ نرسیں آپ کا معائنہ کریں گی اور آپ کو ضرورت کے مطابق درد سے نجات دلائیں گی۔ زیادہ تر لوگوں کو معلوم ہوتا ہے کہ وہ کھڑے ہو سکتے ہیں اور اسی دن مدد کے ساتھ کچھ قدم اٹھا سکتے ہیں، اور جلد چلنا آپ کی بحالی میں مدد کرتا ہے۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات اسپتال میں رہیں گے۔ براہ کرم گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لئے آپ کے ساتھ رہنے کے لئے کسی کا بندوبست کریں۔ آپ کی کمر کے نچلے حصے میں ہونے والے زخم پر ایک چھوٹا سا ڈریسنگ لگا دیا جائے گا۔ 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۔

وصولی

گھر میں پہلے دن نرم حرکت اور آرام کے بارے میں ہیں۔ آپ کی کمر میں درد ہو گا جہاں کٹائی کی گئی تھی، اور کچھ سوجن معمول کی بات ہے۔ گھر کے ارد گرد مختصر، بار بار چلنے سے بستر پر ٹھہرنے سے زیادہ مدد ملتی ہے۔ سادہ درد کی امداد جو ہدایت کے مطابق لی جاتی ہے تکلیف کو کم کرتی ہے جبکہ چیزیں حل ہو جاتی ہیں۔

آپ کا فیزیو تھیراپسٹ آپ کو مشقوں کے ذریعے رہنمائی کرے گا جو قدم بہ قدم طاقت اور اعتماد پیدا کرتی ہے۔ سرگرمی کی سطح عام طور پر سرجری کے بعد پہلے مہینے میں ڈوبتی ہے، پھر بعد کے مہینوں میں آہستہ آہستہ بڑھتی ہے۔ آپ کے پاؤں میں درد کم ہونے کے ساتھ ساتھ آپ گھر میں زیادہ کام کر پائیں گے، اور جب آپ کی طاقت واپس آنے کی تو لمبی پہل قدمی کرنا آسان ہو جائے گا۔ آپ کی پٹی لگ بھگ 10 دن تک برقرار رہتی ہے۔ جب ہم آپ کو دیکھیں گے تو ہم اسے بدل دیں گے یا ہٹا دیں گے۔

بہت سے لوگوں کو محسوس ہوتا ہے کہ ان کی ٹانگوں کی علامات میں جلد بہتری آتی ہے، اور اس کے بعد سے روزمرہ کے کام میں بہتری آتی رہتی ہے۔ صحت یابی ہر فرد میں مختلف ہوتی ہے، لہذا آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور فزوتھیراپسٹ ہر مرحلے میں آپ کی رہنمائی کریں گے اور آپ کو بتائیں گے کہ جب آپ ڈرائیونگ، کام اور سرگرمیوں میں واپس جانے کے لئے محفوظ ہیں۔

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 آپریشن کے دوران اعصاب کے ارد گرد پتلی پرت، جسے ڈورا کہا جاتا ہے، غلطی سے پھاڑ دی جاتی ہے۔ آپ کو زخم سے صاف سیال لیک ہونے کا احساس ہو سکتا ہے، سر درد جو کھڑا ہونے پر زیادہ ہوتا ہے، یا زخم پر دباؤ محسوس ہوتا ہے۔ اگر آپ کو ان میں سے کوئی بھی نظر آئے تو فوراً اپنی ٹیم کو بتائیں۔

اعصاب خود پریشان یا زخمی ہو سکتے ہیں۔ یہ ایک ٹانگ میں نئے tingling، پنوں اور numbness یا کمزوری کی طرح محسوس ہو سکتا ہے۔ کچھ لوگوں کو ایک مختصر جھٹکا محسوس ہوتا ہے جو 2 سے 3 ہفتوں میں ختم ہو جاتی ہے۔ اپنے اگلے جائزے میں کسی بھی نئے اعصابی علامات کا ذکر کریں، یا اگر وہ شدید ہیں تو کلینک کو کال کریں۔

زخم میں انفیکشن تیار ہو سکتا ہے۔ کٹائی سے پھیلنے والی لالی، گرمی، سوجن جو بڑھتی رہتی ہے، سیال بہہ رہا ہے، یا بخار کے لیے چوکس رہیں۔ ایک گہری انفیکشن ایک گہری، دھڑکتے ہوئے درد کا سبب بن سکتا ہے جو سادہ درد سے نجات نہیں دیتا۔ اگر آپ کو یہ علامات نظر آئیں تو فوری طور پر کلینک سے رابطہ کریں۔

ٹانگوں کی گہری رگوں میں خون کے لوٹھڑے بن سکتے ہیں اور یہ خطرہ سرجری کے بعد پہلے پانچ دنوں میں سب سے زیادہ ہوتا ہے۔ خون کا جمنا ایک جھٹکے میں اچانک سوجن اور حساسیت کا سبب بن سکتا ہے۔ اگر خون کا لوٹھڑا پچھڑوں تک پہنچ جاتا ہے تو آپ کو اچانک سانس لینے میں دشواری یا سینے میں درد محسوس ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کو یہ علامات ہیں تو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

آپریشن کے بعد پہلے دنوں میں پیشاب کرنا مشکل ہو سکتا ہے۔ اگر آپ اپنے مٹانے کو خالی نہیں کر سکتے ہیں تو اپنی نرس کو بتائیں یا کلینک کو فون کریں۔

دیگر مسائل جو ہو سکتے ہیں ان میں سینے یا پیشاب کے انفیکشن شامل ہیں جو علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ خون کی منتقلی کی ضرورت ہوتی ہے، یا بعد میں ایک اور آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے۔ کچھ لوگوں کو مزید سرجری کی ضرورت ہوتی ہے اگر اصل تکی واپس آجائے یا اگر وقت کے ساتھ ساتھ قہبی سطح ختم ہو جائے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو آپ کا سرجن آپ سے اس بارے میں بات کرے گا۔

آپ کے اگلے جائزے میں کوئی غیر معمولی چیز لائیں، چاہے وہ معمولی ہی کیوں نہ ہو۔ اگر آپ تفصیلات چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کی میزعام شرحوں کی فہرست دستی ہے۔

ہمیں کب کال کریں

اپنے جذبات پر بھروسہ کریں۔ اگر آپ کو بخار ہو تو ہمیں کال کریں، اگر آپ کے زخم کے ارد گرد لال پن پھیل رہا ہے، یا اگر اس سے سیال بہہ رہا ہے۔ اگر اچانک درد بہت زیادہ ہو جاتا ہے، یا اگر ایک ٹانگ میں نئی بے حسی یا کمزوری ظاہر ہوتی ہے تو ہمیں کال کریں۔ اگر ایک جھٹکا سوجن اور حساس ہو جاتا ہے، یا اگر آپ کو اچانک سانس لینے یا سینے میں درد محسوس ہوتا ہے تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر آپ ایک ٹانگ کو منتقل نہیں کر سکتے ہیں یا اپنے مٹانے کو خالی نہیں کر سکتے ہیں تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر کوئی اور چیز آپ کو پریشان کرتی ہے تو کلینک کو کال کریں۔