

لمبر ڈسکٹومی

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

ہمارے پریکٹس میں ایک ریڑھ کی ہڈی کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیر پارا کمر ڈسکٹومی کی سفارش کرتے ہیں صرف اس وقت جب یہ واضح طور پر آپ کی حالت کے مطابق ہو۔ 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 میڈیکلٹر چھوٹے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ آپ کی تقرری پر ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کا معائنہ کرتے ہیں، اور تشخیص کی تصدیق کے لئے اگر ضرورت ہو تو امیجنگ کا بندوبست کرتے ہیں۔

کمر کی ڈسکٹومی کا مطلب ہے کہ آپ کی کمر کے نچلے حصے میں پہنی ہوئی یا پھسلنے والی ڈسک کا وہ حصہ ہٹانا جو اعصاب پر دباؤ ڈال رہا ہو۔ ڈسک آپ کی ریڑھ کی ہڈیوں کے درمیان ایک گھٹن ہے۔ جب یہ پھٹ جاتا ہے یا پھٹ جاتا ہے تو یہ کمر اور ٹانگ میں درد کا سبب بن سکتا ہے، اکثر بے حسی یا کمزوری کے ساتھ۔

ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں، جیسے قلیل مدتی آرام، درد سے نجات، اینٹی سوزش والی دوا، اور آہستہ آہستہ سرگرمی میں واپس آنا۔ یہ کم از کم 6 سے 12 ہفتوں تک جاری رہتا ہے جہاں ممکن ہو۔ زیادہ تر لوگ بغیر سرجری کے بہتر ہو جاتے ہیں، اور بہت سے ڈسکس وقت کے ساتھ ساتھ خود ہی ستر جاتے ہیں۔ جب درد ناقابل برداشت رہتا ہے، جب اعصابی نقصان ظاہر ہوتا ہے یا خراب ہو جاتا ہے، یا جب غیر جراحی کی دیکھ بھال 3 ماہ کے بعد کافی بہتری نہیں دی ہے تو سرجری پر غور کیا جاتا ہے۔

آپریشن کا مقصد آپ کے اعصاب پر دباؤ کو دور کرنا ہے، تاکہ آپ کی ٹانگ میں درد ختم ہو جائے اور آپ زیادہ آرام سے حرکت کر سکیں اور کام کر سکیں۔

آپریشن سے پہلے

سرجری سے پہلے کے ہفتوں میں، ہم ایکس رے یا ایم آر آئی جسے اسکین کے ساتھ منصوبے کی تصدیق کرتے ہیں۔ یہ آپ کے اعصاب پر دباؤ ڈالنے والی ڈسک کو ظاہر کرتی ہے اور آپریشن کی منصوبہ بندی کرنے میں ہماری مدد کرتی ہے۔ آپ کو اپنی دوائیوں کے بارے میں واضح ہدایات ملیں گی، بشمول یہ کہ کون سی دوائیوں کو روکنا ہے اور کب روکنا ہے۔ آپ کو یہ بھی بتایا جائے گا کہ کب کھانا اور پینا چھوڑنا ہے۔ ہم سات گھنٹے کے روزے کی درخواست کرتے ہیں تاکہ ہم آپ کے آپریشن کو آگے بڑھاسکیں اگر تھیر کی فہرست جلد ختم ہو جائے۔ کسی کے گھر جانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ اپنی موجودہ ادویات کی ایک فہرست لے کر آئیں اور ڈھیلے اور آرام دہ کپڑے پہنیں۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو دن سے پہلے خون کے ٹیسٹ یا اینٹی ٹھیکسٹ کے ساتھ جائزہ لینے کی 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 تھپڑ کے لئے تیار کیا جاتا ہے۔ آپ بیہوش کرنے والے ڈاکٹر سے ملیں گے جو آپ کے بیہوش ہونے اور آپریشن کے دوران درد پر قابو پانے کی دیکھ بھال کرے گا۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیسیز کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے کبھی کبھی ایک علاقائی اعصابی بلاک شامل کیا جاتا ہے؛ اینسٹھیسیز اس دن آپ کے ساتھ بات چیت کریں گے۔ پھر آپ کو آپریشن تھپڑ میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

جب آپریشن ختم ہو جاتا ہے، آپ بحالی کے علاقے میں اٹھتے ہیں۔ نرسیں آپ کے ساتھ رہتی ہیں اور آپ کی نگرانی کرتی ہیں جب تک کہ بیہوش کرنے والا اثر ختم نہ ہو جائے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جائیں تو، آپ یا تو کسی وارڈ میں منتقل ہو جاتے ہیں یا اسی دن گھر جاتے ہیں، اس بات پر منحصر ہے کہ آپ کا طریقہ کار اور آپ کی بحالی کیسے چل رہی ہے۔ اگر آپ گھر جائیں گے، تو کسی کو آپ کو ڈرائیو کرنے کی ضرورت ہوگی، جیسا کہ اس دن سے پہلے طے کیا گیا تھا۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

کمر کی ڈسکٹومی آپ کی کمر میں ایک چھوٹی سی کٹ کے ذریعے کی جاتی ہے، درد والی ڈسک کی سطح پر۔ آپ کا سرجن ریڑھ کی ہڈی تک پہنچنے کے لئے اس کٹ کے ذریعے کام کرتا ہے۔ اس کا مقصد سادہ ہے: اس اعصاب کو آزاد کریں جو نالی ڈسک دبا رہی ہے۔

ایک بار جب اعصاب کو آہستہ آہستہ ایک طرف منتقل کر دیا جاتا ہے، آپ کا سرجن اس ڈسک کا ٹکڑا ہٹاتا ہے جو اس پر دباؤ ڈال رہا ہے۔ صرف ٹوٹا ہوا یا نالہ دار حصہ ہٹا دیا جاتا ہے۔ باقی ڈسک اپنی جگہ پر رہتی ہے، کیونکہ یہ ابھی بھی آپ کی ریڑھ کی ہڈیوں کے درمیان ایک کسٹن کے طور پر کام کرتی ہے۔ ضرورت سے زیادہ ڈسک نکالنے سے ڈسک کے دوبارہ پھوٹ پڑنے کا امکان کم نہیں ہوتا، اس لیے آپ کا سرجن صرف ضرورت سے زیادہ ڈسک نکالتا ہے۔

کچھ آپریشنز میں ہانڈرو سکوپ یا ایک چھوٹا سا کیمرا (اینڈو سکوپ) استعمال کیا جاتا ہے تاکہ چھوٹی سی کٹ کے ذریعے ڈسک کو واضح طور پر دیکھا جاسکے۔ ان کو کم سے کم جارحانہ تکنیک کہا جاتا ہے۔ آپ کا سرجن آپ کی ڈسک اور آپ کے جسم کے مطابق طریقہ کار کا انتخاب کرے گا اور آپ کو بتائے گا کہ آپ کے لئے کون سا منصوبہ بنایا گیا ہے۔

آخر میں، کٹ سلانی کے ساتھ بند کر دیا اور ایک ڈریسنگ کے ساتھ احاطہ کرتا ہے۔ بحالی کے سیکشن میں بیان کردہ کے طور پر آپ کو تقریباً 10 دن کے لئے پانسٹنگ پر رکھیں گے۔

آپریشن خود عام طور پر ایک مختصر وقت لیتا ہے، اور آپ کو بعد میں بحالی کے علاقے میں جائیں گے، جیسا کہ اوپر سیکشن میں بیان کیا گیا ہے۔

آپریشن کے بعد

جب آپ بیدار ہوں گے، تو آپ بحالی کے علاقے میں ہوں گے، اور نرسیں آپ کے ساتھ رہیں گی جب تک کہ بیہوش ہونے کا اثر ختم نہ ہو جائے۔ آپ کی کمر درد محسوس کرے گی جہاں کاٹ گیا تھا، اور ہم آپ کو آرام دہ رکھنے کے لئے آپ کو درد ریلیف دے گا۔ کچھ لوگوں کو پہلے یا دو دن میں زخم کے ارد گرد کم بخار یا حساسیت محسوس ہوتی ہے۔ زخم کے قریب ایک چھوٹی سی نالی اس میں مدد کر سکتی ہے۔ آپریشن کے بعد آپ جلد ہی چلنے کے قابل ہو جائیں گے، اور آپ اسی دن غسل کر سکتے ہیں۔ آپ کی ایم آپ کو بتائے گی کہ کیا آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات اسپتال میں رہیں گے۔ براہ کرم پہلے 24 گھنٹوں کے لئے آپ کے ساتھ رہنے کے لئے کسی کو بندوبست کریں۔ ہم تقریباً 10 دن تک پانسٹنگ 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 کی کم درد محسوس کرے گی جہاں کٹائی کی گئی تھی، اور آپ کی ٹانگ کا درد ہلکا ہونا شروع ہو جائے گا جیسا کہ اعصاب آرام کرتے ہیں۔ پیدل چلنے کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے، اور آپ آپریشن کے اسی دن شاور لے سکتے ہیں۔ پالسنگ کو تقریباً 10 دن تک رکھیں، ہم آپ کو دیکھتے ہی اسے بدل دیتے ہیں یا ہٹاتے ہیں۔

[صفحہ ۱۲ پر تصویر] آپ بھاری موڑنے، اٹھانے اور موڑنے سے بچیں گے جبکہ آپ کی پیٹھ شفل پائے گی۔ آپ کا فیزیوتھیراپسٹ آپ کو ایسی مشقوں کے ذریعے رہنمائی کرے گا جو آپ کی نقل و حرکت میں طاقت اور اعتماد پیدا کرتی ہیں۔ کچھ لوگوں کو معلوم ہوتا ہے کہ پہلے قہینے میں ان کی سرگرمی کم ہو جاتی ہے اس سے پہلے کہ یہ دوبارہ بڑھ جائے، اور زیادہ تر لوگ تین مہینوں کے اندر بہت زیادہ آزادانہ طور پر حرکت کر رہے ہیں۔

مکمل طور پر صحت یاب ہونے میں وقت لگتا ہے، اور یہ ایک شخص سے دوسرے میں مختلف ہوتا ہے۔ آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور فیزیوتھیراپسٹ آپ کی رہنمائی کریں گے۔ آپ ایک بار جب آپ مضبوط دردی دوا سے دور ہو جائیں گے اور ایمرجنسی اسٹاپ میں رد عمل ظاہر کر سکتے ہیں تو آپ گاڑی چلانے کے قابل ہو جائیں گے۔ ہماری علیحدہ ڈرائیونگ گائیڈ اس کی مزید تفصیل سے وضاحت کرتی ہے۔

اگر آپ کا کام جسمانی ہے، تو اس میں واپس آنا ایک تدریجی عمل ہوگا، اور ہم آپ کے ساتھ صحیح وقت کے بارے میں بات کریں گے۔ صحت یابی کا مقصد آسان ہے: کم ٹانگ درد، آسان نقل و حرکت، اور آپ کو لطف اندوز ہونے والی چیزوں کی مستقل واپسی۔

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۔

سرجری کے بعد ڈسک دوبارہ اسی جگہ پر پھوٹ سکتی ہے۔ یہ محسوس ہو سکتا ہے کہ پرانا ٹانگ کا درد یا کمزور واپس آ رہا ہے، کبھی کبھی تازہ numbness یا کمزوری کے ساتھ۔ اگر ایسا ہوتا ہے، تو اگلے معائنہ میں ہمیں بتائیں، یا اگر درد شدید ہے تو جلد ہی کلینک کو کال کریں۔

کچھ لوگوں کو پیٹھ کے اسی حصے پر ایک اور آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ اس لئے ہو سکتا ہے کہ ڈسک دوبارہ پھول گئی ہے، یا پہلی آپریشن سے متعلق کسی اور وجہ سے۔ اگر آپ کو محسوس ہوتا ہے کہ آپ کی ٹانگ میں درد کافی عرصے کے بعد واپس آ گیا ہے تو انتظار کرنے کے بجائے جلد ہی ہمارے پاس آجائیں۔

غیر معمولی طور پر، اعصاب کے ارد گرد پتلی احاطہ آپریشن کے دوران پھاڑ دیا جا سکتا ہے۔ آپ کو زخم سے سیال کی رساو محسوس ہو سکتی ہے، یا سر درد جو آپ کے کھڑے ہونے پر زیادہ ہوتا ہے اور جب آپ لیٹ جاتے ہیں تو کم ہوتا ہے۔ یہ فوری طور پر کلینک کو رپورٹ کریں۔

انفیکشن غیر معمولی ہے لیکن ممکن ہے۔ گہرے، دھڑکتے ہوئے درد کے لئے چوکس رہیں جو سادہ درد سے نجات نہیں پاتا، زخم سے پھیلنے والی لالی، یا اخراج۔ اگر آپ کو گرمی اور کرزش محسوس ہوتی ہے، یا زخم بہتر ہونے کے بجائے زیادہ خراب نظر آتا ہے، تو کلینک کو کال کریں یا ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

کچھ لوگ سرجری کے بعد ٹانگ میں عجیب احساس محسوس کرتے ہیں، جیسے جھنجھٹ، جلن یا جلد جو چھونے پر عجیب محسوس ہوتی ہے۔ یہ اس وقت ہو سکتا ہے جب اعصاب کو پریشان کیا گیا ہو۔ اپنے جائزہ میں اس کا ذکر کریں؛ یہ احساسات اکثر دنوں یا ہفتوں میں حل ہو جاتے ہیں۔

اس قسم کی کچھ ہول سرجری کے بعد بہت ہی کم وقت میں سانس لینے میں دشواری ہو سکتی ہے۔ اگر آپ کو اچانک سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے تو فوری طور پر نرس کو بتائیں۔

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

ہمیں کب کال کریں

اپنے جذبات پر بھروسہ کریں۔ کچھ غلط محسوس ہوتا ہے تو، ہمیں کال کریں۔ اگر آپ کو بخار ہو، زخم زیادہ سرخ ہو جائے یا اس سے سیال نکلنا شروع ہو جائے، یا آپ کا درد اچانک بہت زیادہ ہو جائے تو کلینک کو کال کریں۔ اگر آپ کے پاؤں میں سوجن یا درد ہو یا سانس کی قلت ہو تو ہنگامی حالت میں جائیں۔ اگر آپ کی ٹانگ یلیپاؤں میں احساس کھو جاتا ہے، یا اگر آپ اسے منتقل نہیں کر سکتے ہیں تو فوری طور پر ایمرجنسی میں جائیں۔ ان علامات کو فوری طور پر تشخیص کی ضرورت ہے، اور ہم آپ کو انتظار کرنے کے بجائے آپ سے سننا چاہتے ہیں۔