

مٹھی کی آرتھروسکوپي

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 فزیتھراپسٹ نے آپ کو ہمارے پاس آنے کی تجویز دی ہے تو، آپ کو میڈیکل جھوٹ کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ آپ کی تقرری پر ہم ایک محتاط تاریخ لیتے ہیں، آپ کی کلائی کا معائنہ کرتے ہیں، اور جہاں ان کی ضرورت ہوتی ہے اسکلین کا بندوبست کرتے ہیں۔ لمبے عرصے سے مٹھی کے مسائل کے لئے ہم عام طور پر پہلے غیر جراحی کی دیکھ بھال کی کوشش کرتے ہیں، جیسے سرگرمی کی تبدیلی، ہاتھ کی تھراپی یا اسپینڈلنگ۔ جب اس سے کافی بہتری نہ آئی ہو تو سرجری پر غور کیا جاتا ہے۔

مٹھی کی آرتھروسکوپي ایک ایسا آپریشن ہے جہاں مٹھی کے جوڑے کے اندر ایک چھوٹا سا کیمرا رکھا جاتا ہے تاکہ سرجن مشترکہ سطحوں اور نرم بافتوں کو براہ راست دیکھ سکے۔ یہ عام طور پر کلائی کے درد کے لئے پیش کی جاتی ہے جو 3 ماہ سے زیادہ عرصہ تک جاری رہتی ہے اور قدامت پسند علاج کے ساتھ حل نہیں ہوتی ہے، یا کلائی کے اندر رباطوں اور غضروف کی چوٹوں کے لئے۔ یہ بھی چیک کرنے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے کہ کس طرح ایک ٹوٹا ہوا ہڈی جیسے scaphoid نے شفا دی ہے، اور مٹھی کے فریجھ کے بعد لٹھائی کا اندازہ کرنے کے لئے۔ اسکلینز ہمیشہ ان مسائل کو واضح طور پر ظاہر نہیں کرتے ہیں، لہذا مشترکہ کے اندر دیکھنے سے آپ کے درد کی اصل وجہ مل سکتی ہے۔ جن لوگوں کو مسلسل مٹھی کے درد کے لئے یہ جانچ پڑتال کی گئی تھی ان میں ایک سال میں اوسطاً تقریباً 50 فیصد بہتری آئی، حالانکہ زیادہ تر میں ابھی بھی کچھ درد اور سختی تھی۔ مقصد کم درد اور آپ کی کلائی میں بہتر تحریک اور استحکام ہے۔ ہم آپ کے ساتھ اختیارات پر تبادلہ خیال کریں گے اور مل کر فیصلہ کریں گے کہ کیا یہ آپریشن آپ کے مطابق ہے۔

آپریشن سے پہلے

آپریشن سے پہلے کے ہفتوں میں ہم اس بات کی تصدیق کریں گے کہ آپ کے آپریشن کی منصوبہ بندی کے لئے کون سے اسکلین کی ضرورت ہے، جیسے ایکس رے، ایم آر آئی یا الٹراساؤنڈ۔ آپ نے شاید پہلے ہی ان میں سے کچھ کھالیے ہوں گے۔ اس دن، براہ کرم اپنی تمام موجودہ ادویات کی ایک فہرست لائیں اور آرام دہ لباس پہنیں جس میں ڈھیلی آستین ہو۔ آپ کو آپریشن سے پہلے 7 گھنٹے تک کھانا اور پینا بند کرنا ہوگا۔ ہم کم وقت کے بجائے 7 گھنٹے مانتے ہیں تاکہ آپ کی سرجری کو آگے بڑھایا جاسکے اگر تھیرٹی فہرست جلدی چلتی ہے۔ اس کے بعد کسی کو آپ کو گھر لے جانے کا بندوبست کریں، کیونکہ آپ کو خود گاڑی نہیں چلانا چاہئے۔ اگر آپ کے پاس دیگر طبی حالات ہیں، تو آپ کو دن سے پہلے خون کے ٹیسٹ یا اسپینڈلنگ کے ساتھ جائزہ لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اس دن

آپ کے آپریشن کے دن آپ ہسپتال کے سرجیکل داخلہ یونٹ میں آئیں گے۔ آپ وہاں چیک کیا جائے گا اور تھیر کے لئے تیار۔ اس کے بعد آپ بیہوش کرنے والے ڈاکٹر سے ملیں گے جو آپ کو بیہوش کرتا ہے اور جب آپ سوتے ہیں تو آپ کی دیکھ بھال کرتا ہے۔ یہ آپریشن عمومی اینسٹھیزیا کے تحت کیا جاتا ہے۔ آپ مکمل طور پر آپریشن کے لئے سو جائے گا۔ کچھ مریضوں میں آپریشن کے بعد درد سے نجات کے لئے علاقائی اعصابی رکاوٹ بھی ہو سکتی ہے۔ اینسٹھیزسٹ آپ کے انفرادی حالات کی بنیاد پر دن کا فیصلہ کرتا ہے۔

اس کے بعد آپ کو آپریٹنگ تھیر میں لے جایا جائے گا، جہاں آپ کا آپریشن کیا جائے گا۔ اس کے بعد آپ بحالی کے علاقے میں جا لیں گے، جہاں نرسیں آپ کی نگرانی کریں گی جب تک کہ اینسٹیک کا اثر ختم ہو جائے۔ ایک بار جب آپ مستحکم ہو جائیں گے تو آپ یا تو کسی وارڈ میں منتقل ہو جائیں گے یا گھر جائیں گے، اس پر منحصر ہے کہ آپ کا طریقہ کار اور آپ کی بحالی کیسے چل رہی ہے۔

آپریشن میں کیا شامل ہے

آپ اپنے بازو کے ساتھ آپ کی طرف ایک میز پر آرام کے ساتھ آپ کی پیٹھ پر جھوٹ بولیں گے۔ آپ کی انگلیوں کو نرم انگلیوں کے جالوں میں رکھا جاتا ہے، اور کلائی کے جوڑے کو کھولنے کے لئے مسلسل پینچنے کی قوت کا استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ کرشن جوڑے کے اندر کام کرنے کی جگہ بناتا ہے تاکہ چھوٹا کمرہ اور آلات آزادانہ طور پر منتقل ہو سکیں اور سب کچھ واضح طور پر دیکھا جاسکے۔

آپ کا سرجن آپ کی کلائی کے گرد کچھ چھوٹے چھوٹے کٹوا دیتا ہے، جسے پورٹل کہتے ہیں۔ صحیح تعداد اور پوزیشن کا انحصار اس بات پر ہے کہ علاج کیا جا رہا ہے۔ ایک تنگ کمرہ ایک پورٹل کے ذریعے رکھا جاتا ہے تاکہ سرجن مشترکہ سطحوں، بندھنوں اور اندرونی غضروف کو براہ راست دیکھ سکے۔ نمک کا پانی جوڑے کے ذریعے بہتا ہے تاکہ نظارہ صاف رہے اور کسی بھی بلبے کو دھوا جائے۔ دوسرے پورٹلز کے ذریعے، آپ کا سرجن ٹشوز کی جانچ پڑتال کر سکتا ہے، پھٹے ہوئے یا سوجن مواد کو صاف کر سکتا ہے، ڈھیلے ٹکڑوں کو ہٹا سکتا ہے، یا سلائوں کے ساتھ ٹوٹے ہوئے رباط یا لٹھانی کے کنارے کو ہڈی میں واپس کر سکتا ہے۔ اگر کوئی ٹوٹی ہوئی ہڈی شامل ہے، تو ٹکڑے ٹکڑے کر کے چھوٹی پیچوں سے تھامے جاسکتے ہیں جبکہ کمرہ اس بات کی تصدیق کرتا ہے کہ وہ صحیح پوزیشن میں واپس بیٹھے ہیں۔ آپ کی کلائی ایک چھوٹا سا جوڑے ہے، اس لیے آلات ٹھیک ہیں اور کام عین مطابق ہے۔

زخموں کو سلائوں سے بند کیا جاتا ہے، اور مٹھی پر پٹی لگائی جاتی ہے۔ پانسنگ تقریباً 10 دن تک رہتا ہے۔ آپریشن کے بعد سیکشن میں بتایا گیا ہے کہ آگے کیا ہوتا ہے۔

آپریشن کے بعد

آپ بحالی کے علاقے میں جا لیں گے، جہاں نرسیں آپ کو دیکھتی ہیں کیونکہ اینسٹیک کا اثر ختم ہو جاتا ہے۔ آپ کی کلائی کو پہنایا جائے گا اور اس پر انحصار کیا جائے گا کہ کیا کیا گیا ہے۔ آپ کے جانے سے پہلے آپ کے لئے درد سے نجات کی منصوبہ بندی کی جاتی ہے، اور نرسیں یہ بتائیں گی کہ اسے کیسے لینا ہے۔ آپ اسی دن حرکت کر سکتے ہیں، اگرچہ آپ کی کلائی پہلے درد اور بھاری محسوس ہوگی۔ گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹوں کے لیے کوئی آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ یہ عام طور پر ایک دن کا معاملہ ہے، لہذا آپ اسی دن گھر جانے کی توقع کر سکتے ہیں، اگرچہ کبھی بھاری مریض رات بھر رہتے ہیں۔ نرم 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

پہلے چند دنوں میں آپ کی کلائی میں درد، بھاری اور سوجن محسوس ہوگی۔ یہ آہستہ آہستہ حل ہو جاتا ہے۔ جب آپ آرام کر رہے ہوں تو اپنے ہاتھ کو دل کی سطح سے اوپر اٹھانے رکھنا سوجن کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے، اور ہدایت کے مطابق آپ کے درد سے نجات آپ کو آرام دہ رکھتی ہے۔ کلائی کے ارد گرد کچھ bruising معمول ہے۔

آپ کو آپ کی کلائی پر ایک ڈریسنگ کے ساتھ گھم جائیں گے، اور ہم اسے تبدیل کرنے یا اسے دور کرنے سے پہلے کے بارے میں 10 دن کے لئے جگہ میں چھوڑ دیں گے۔ مشترکہ کے اندر کیا کیا گیا تھا اس پر منحصر ہے، آپ ابتدائی دنوں میں مدد کے لئے اسٹینٹ بھی پہن سکتے ہیں یا اسٹرنک کا استعمال کر سکتے ہیں۔ آپ کے ہاتھ کا معالج، روئی ڈولن ایکسٹینڈ، بحالی میں، آپ کے آپریشن کے بعد آپ کی بحالی کی رہنمائی کرے گا اور آپ کو کسی بھی اسپلٹ کی ضرورت ہوگی۔ وہ آپ کو ہلکی حرکت کی مشقیں دکھائے گی اور آپ کی کلائی آرام کرنے کے ساتھ ساتھ ان میں ترقی کرے گی۔ آپ گھر میں ہلکے کاموں کے لیے اپنے ہاتھ کا استعمال کر سکتے ہیں جب آپ اپنے آپ کو قابل محسوس کریں، لیکن اٹھنے، پکڑنے یا کسی بھی چیز سے بچنے سے بچیں جو آپ کی کلائی پر دباؤ ڈالتا ہے جب تک کہ آپ کا معالج یہ نہیں کہتا کہ یہ محفوظ ہے۔

بحالی ایک ہی وقت میں سب کے بجائے مراحل میں ہوتا ہے۔ جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے، حرکتیں آسان ہوتی جاتی ہیں۔ ایک بار جب آپ اسٹیرنگ وہیل کو آرام سے تھام اور گھما سکتے ہیں اور کسی بھی اسپلٹ کو ہٹا دیا جاتا ہے، تو آپ دوبارہ گاڑی چلا سکتے ہیں۔ جب آپ کی گرفت مضبوط اور درد سے پاک محسوس ہوتی ہے، تو آپ کام اور گھیل میں واپس آ سکتے ہیں، اور آپ کا معالج آپ کو اس کی تعمیر میں مدد کرے گا۔ بحالی ہر شخص سے مختلف ہوتی ہے، لہذا آپ کا ٹائم لائن مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کا سرجن اور اینڈ ٹھراپسٹ آپ کو ہر قدم پر 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۔

مشترکہ میں انفیکشن غیر معمولی ہے، لیکن اگر یہ ہوتا ہے تو اس سے فرق پڑتا ہے۔ آپ کو ایک گہرا، تھپڑ مارنے والا درد محسوس ہو سکتا ہے جو سادہ درد کش ادویات سے کم نہیں ہوتا، چھوٹی چھوٹی چوٹوں سے سرخ پن پھیلتا ہے، یا ایک مٹھی جو گرم محسوس ہوتی ہے اور اسے حرکت کرنے میں تیزی سے تکلیف ہوتی ہے۔ آپ کو بخار اور بدمردی طور پر بیمار محسوس ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کو یہ علامات نظر آئیں تو فوری طور پر کلینک کو کال کریں یا ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔ انفیکشن کو فوری طور پر علاج کی ضرورت ہوتی ہے، اکثر جوڑوں کو دھونے اور اینٹی بائیوٹکس کے کورس کے ساتھ۔ کچھ لوگوں میں انفیکشن کا امکان دوسروں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے، بشمول بوڑھے مرد اور دیگر صحت کی حالتوں والے افراد۔

جوڑ کو کھولنے کے لئے استعمال ہونے والی کھینچنے والی قوت کبھی کبھار مسائل کا سبب بن سکتی ہے۔ آپ کی جلد جل سکتی ہے جہاں سامان آپ کے بازو کے خلاف رہتا ہے، اور اگر کھینچنا بہت مضبوط ہے تو انگلیاں بے حس یا جھجھکتی محسوس کر سکتی ہیں۔ یہ اثرات عام طور پر عارضی ہوتے ہیں۔ آپریشن کے دوران پیڈنگ آپ کی جلد کی حفاظت کرتی ہے، اور ہم کھینچنے کی مقدار کو احتیاط سے چیک کرتے ہیں۔ اگر آپ کی انگلیاں گھر جانے کے بعد بھی بے حس یا جھجھکتی محسوس کرتی ہیں تو اگلی بار جب دوبارہ دیکھیں تو اس کا ذکر کریں۔

وہ سیال جو جوڑوں کے اندر واضح نظارہ رکھتا ہے بعض اوقات ارد گرد کے ٹشوز میں لیک ہو سکتا ہے۔ اگر بہت زیادہ لیک ہو جائے تو، پیشانی تنگ، سوجن اور بہت تکلیف دہ ہو سکتی ہے۔ یہ نایاب ہے، لیکن اس پر فوری توجہ کی ضرورت ہے۔ اگر آپ کے ماتھے کو غیر معمولی طور پر تنگ محسوس ہوتا ہے یا سوجن شدید نظر آتی ہے تو، ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔

گرمی پیدا کرنے والے آلات کا استعمال نقصان دہ ٹشو کو صاف کرنے کے لئے کیا جاتا ہے۔ یہ کبھی کبھار قریبی غضروف، مشترکہ کے اندر نرم ٹشو، یا پھوٹے کٹوتیوں میں سے ایک پر جلد کو چھیڑ سکتا ہے۔ یہ عام طور پر جاری درد یا ایک پسینے والے احساس کے طور پر ظاہر ہوتا ہے جو توقع کے مطابق نہیں بیٹھتا ہے۔ آپ کا جائزہ لینے پر اسے لے آؤ تاکہ ہم اس میں دیکھ سکتے ہیں۔

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

ہمیں کب کال کریں

زیادہ تر مسائل پہلے چند دنوں میں ظاہر ہوتے ہیں۔ اگر آپ کو بخار ہو تو ہمیں کال کریں، اگر چھوٹے زخموں کے ارد گرد کی جلد زیادہ سرخ ہو جاتی ہے یا سیال بہنا شروع ہو جاتا ہے، یا اگر آپ کا درد کم ہونے کے بجائے بڑھتا رہتا ہے۔ اگر آپ کو اچانک شدید درد ہو، آپ کا ماتھا تنگ ہو جائے اور بہت سوجن ہو جائے، آپ کا ہاتھ یا انگلیاں بے حس ہو جائیں اور اس طرح رہیں، آپ اپنی کلائی یا انگلیاں نہیں ہلا سکتے، یا آپ کے پاؤں میں سوجن ہو یا سانس کی قلت ہو۔ جب شک ہو تو کلینک کو کال کریں۔ ہم آپ سے پہلے سے 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۔ **مٹھی کے بندھن کی چوٹیں** صفحہ