

पेरिप्रोस्थेटिक फ्रैक्चर (घुटना)

यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

आपको क्या महसूस होता है

घुटना बदलने के ऑपरेशन (नी रिप्लेसमेंट) के आसपास फ्रैक्चर (हड्डी टूटना) का मतलब है कि इम्प्लांट के पास की हड्डी टूट गई है। दर्द आम तौर पर घुटने के ठीक ऊपर या ठीक नीचे, जाँघ के निचले हिस्से में या शिन के ऊपरी हिस्से में महसूस होता है। शुरू में यह अक्सर तेज़ होता है और बाद में गहराई में होने वाले दुखते हुए दर्द में बदल जाता है। खड़े होने, चलने और घुटना मोड़ने से यह आम तौर पर बढ़ जाता है। पैर को सहारा देकर आराम करने से यह आम तौर पर कम हो जाता है।

दर्द रात में, और बैठने या लेटने के बाद पहली बार चलना शुरू करने पर बढ़ सकता है। बहुत से लोगों को यह सबसे ज़्यादा तब महसूस होता है जब वे सोकर उठते हैं और पहले कदम रखते हैं। कुर्सी से उठना, सीढ़ियाँ चढ़ना, लेटरबॉक्स तक चलकर जाना, और कार में बैठना-उतरना मुश्किल हो सकता है। हो सकता है आपको भरोसा न हो कि पैर आपका वज़न संभाल लेगा, इसलिए आप उस पर पूरा वज़न डालने से बचते हैं।

इस तरह का फ्रैक्चर हड्डी जुड़ने के समय से कहीं ज़्यादा लंबे समय तक आप पर असर डाल सकता है। चोट के बाद 12 महीने तक ज़िंदगी की गुणवत्ता कम रह सकती है, भले ही फ्रैक्चर खुद ठीक हो चुका हो। यह एक सामान्य पैटर्न है, इस बात का संकेत नहीं कि आपके ठीक होने में कुछ गड़बड़ हुई है।

ये फ्रैक्चर सबसे ज़्यादा बुजुर्ग लोगों में होते हैं, जिनकी हड्डी पहले जितनी मज़बूत नहीं रही। ये आम नहीं हैं, लेकिन जब होते हैं तो इनका सावधानी से इलाज ज़रूरी होता है। क्या करना है, इसकी योजना बनाने से पहले आपके सर्जन आपके एक्स-रे को ध्यान से देखेंगे और आपकी पूरी जानकारी (हिस्ट्री) लेंगे, ताकि बदले गए जोड़ के आसपास संक्रमण (इन्फेक्शन) की संभावना को जांचकर खारिज किया जा सके। इनमें से ज़्यादातर फ्रैक्चर का इलाज हड्डी को जुड़ने तक स्थिर रखकर किया जा सकता है, और बदला गया घुटना (नी रिप्लेसमेंट) अपनी जगह पर ही रहता है। इम्प्लांट बदलने की सर्जरी पर तभी विचार किया जाता है जब इम्प्लांट ढीला हो गया हो या अपनी सीध से हट गया हो।

असल में क्या हो रहा है

बदला गया घुटना (नी रिप्लेसमेंट) हड्डी के अंदर वैसे ही बैठा रहता है जैसे बाड़ के खंभे में लगाई गई छड़। धातु वाला हिस्सा मज़बूत होता है, लेकिन उसके आसपास की हड्डी ही सब कुछ स्थिर रखती है। पेरिप्रोस्थेटिक फ्रैक्चर (बदले गए जोड़ के आसपास की हड्डी का टूटना) में, आसपास की यह हड्डी टूट जाती है (उसमें दरार आ जाती है), जबकि बदला गया जोड़ खुद अपनी जगह पर रहता है। यह टूट आम तौर पर इम्प्लांट के ठीक ऊपर जाँघ की हड्डी के निचले हिस्से में, या उसके ठीक नीचे शिन की हड्डी के ऊपरी हिस्से में होती है।

ये फ्रैक्चर आम तौर पर उस हड्डी में होते हैं जो समय के साथ पतली और कमज़ोर हो गई हो। कुछ बीमारियां और लंबे समय तक ली जाने वाली स्टेरॉयड की गोलियां भी हड्डी की इम्प्लांट को मज़बूती से पकड़ने की क्षमता कम कर सकती हैं। कभी-कभी इम्प्लांट के पास की हड्डी धीरे-धीरे घिसकर कम हो जाती है, जिससे भार उठाने के लिए कम हड्डी बचती है। जब कमज़ोर हड्डी पर ठोकर लगती है या गिरना होता है, तो वह वहां टूट सकती है जहां एक मज़बूत हड्डी नहीं टूटती।

आपको जो दर्द महसूस होता है, वह इसलिए होता है क्योंकि हर बार पैर पर भार डालने पर टूटी हुई हड्डी थोड़ा हिलती है। खड़े होने और चलने से दरार के किनारे आपस में दबते हैं, इसीलिए इन हरकतों में सबसे ज़्यादा दर्द होता है। घुटना अस्थिर भी लग सकता है, क्योंकि इम्प्लांट को पकड़ने वाली हड्डी अब बाकी पैर के साथ एक ठोस हिस्से की तरह नहीं हिलती।

आपके सर्जन आपके एक्स-रे ध्यान से जांचेंगे, क्योंकि इम्प्लांट की धातु सादे एक्स-रे पर टूट की रेखा को छिपा सकती है। अगर एक्स-रे साफ़ न हों, तो बोन स्कैन से इसका पता चल सकता है। ये फ्रैक्चर आम नहीं हैं, घुटना बदलने के ऑपरेशनों के एक छोटे प्रतिशत में होते हैं, लेकिन जब होते हैं तो इनका सावधानी से इलाज ज़रूरी होता है। ज़्यादातर का इलाज हड्डी को जुड़ने तक स्थिर रखकर किया जा सकता है, और इम्प्लांट अपनी जगह पर ही रहता है। इम्प्लांट खुद बदलने पर तभी विचार किया जाता है जब वह ढीला हो गया हो या अपनी सीध से हटकर बैठा हो।

हम इसके लिए क्या कर सकते हैं

क्योंकि इस तरह का फ्रैक्चर हड्डी के ढांचे की चोट है, इसलिए आम तौर पर बिना ऑपरेशन वाला इलाज आजमाने के बाद नहीं, बल्कि तुरंत सर्जरी की सलाह दी जाती है। इन फ्रैक्चर में हड्डी को अपने आप जुड़ने के लिए छोड़ देना शायद ही कभी विकल्प होता है। आम तौर पर मकसद यह होता है कि टूटी हुई हड्डी को जुड़ने तक स्थिर रखा जाए, और आपका बदला गया घुटना अपनी जगह पर ही रहे। किसी भी ऑपरेशन से पहले हम बदले गए जोड़ के आसपास संक्रमण की सावधानी से जांच करते हैं, क्योंकि इससे यह बदल जाता है कि हम क्या करेंगे।

मुख्य ऑपरेशन को ओपन रिडक्शन और इंटरनल फ़िक्सेशन कहते हैं, जिसका मतलब है कि हड्डी को वापस सीध में लाया जाता है और धातु की प्लेट और स्क्रू (पेंच) से वहीं पकड़कर रखा जाता है। जांघ की हड्डी में इम्प्लांट के ठीक ऊपर होने वाले फ्रैक्चर के लिए अक्सर लॉकिंग प्लेट इस्तेमाल की जाती है। इसके स्क्रू खुद प्लेट में लॉक हो जाते हैं, जिससे पतली हड्डी में ज़्यादा स्थिर पकड़ मिलती है। जांघ के कुछ फ्रैक्चर के लिए एक और विकल्प है हड्डी की नली (कैनाल) के अंदर लगाई जाने वाली छड़ (रॉड)। दोनों तरीके हड्डी को जुड़ने तक पकड़कर रखते हैं, और हम आपसे बात करेंगे कि आपके फ्रैक्चर के लिए कौन-सा सही है।

शिन की हड्डी में इम्प्लांट के ठीक नीचे होने वाले फ्रैक्चर के लिए, कभी-कभी प्लेट को एक लंबे चीरे की बजाय दो छोटे चीरों से अंदर सरकाया जा सकता है। इससे टूटे हुए हिस्से को छेड़ा नहीं जाता, जिससे वह खून की सप्लाई सुरक्षित रहती है जो हड्डी को जुड़ने के लिए चाहिए। कुछ मामलों में, जहां हड्डी बहुत पतली होती है, उसकी बजाय एक बाहरी फ्रेम (एक्सटर्नल फ्रेम) इस्तेमाल किया जा सकता है। यह पैर के बाहर से हड्डी को स्थिर रखता है।

अगर इम्प्लांट के आसपास की हड्डी घिसकर कम हो गई है या टूट वाली जगह पर भुरभुरी होकर बिखर गई है, तो प्लेट को पकड़ने के लिए पर्याप्त ठोस हड्डी नहीं बची हो सकती है। तब विकल्पों में मरम्मत को सहारा देने के लिए डोनर की हड्डी जोड़ना, या जांघ की हड्डी के निचले सिरे को एक नए इम्प्लांट से बदलना शामिल है। यह आखिरी विकल्प बड़ा ऑपरेशन है, लेकिन इससे आप तुरंत पैर पर वज़न डाल सकते हैं।

इनमें से कुछ फ्रैक्चर में घुटने की कटोरी (नी-कैप) शामिल होती है। उनका इलाज आम तौर पर बिना सर्जरी के, हड्डी के ठीक होने तक आराम और सहारा देकर किया जाता है।

सर्जरी के बाद, हिलना-डुलना और मांसपेशियों के व्यायाम आम तौर पर जल्दी शुरू हो जाते हैं, अक्सर पहले एक-दो दिन के भीतर। शुरू में आप बैसाखियों का इस्तेमाल करेंगे और जब दर्द इजाज़त दे, तब पैर पर आंशिक वज़न डालेंगे। पूरा वज़न डालने की अनुमति तब दी

जाती है जब हड्डी जुड़ जाए, जिसकी हम एक्स-रे पर जांच करते हैं। आपके घर जाने से पहले हम आपके साथ आपकी अपनी योजना पर बात करेंगे।

क्या उम्मीद करें

ये फ्रैक्चर सचमुच एक बड़ा झटका होते हैं, और साफ़ समझ के साथ इसका सामना करना मदद करता है। ज़्यादातर का इलाज हड्डी को जुड़ने तक स्थिर रखकर किया जाता है, और आपका बदला गया घुटना अपनी जगह पर ही रहता है। जब यह अच्छी तरह किया जाता है, तो हड्डी आम तौर पर जुड़ जाती है और बदला गया जोड़ काम करता रहता है। आगे की सर्जरी के बाद, इस तरह के फ्रैक्चर वाले 100 में से 89 लोगों की हड्डी जुड़ गई। लेकिन हर फ्रैक्चर अपने तय समय पर नहीं जुड़ता। कुछ हड्डियां धीरे-धीरे जुड़ती हैं, और कुछ कभी नहीं जुड़तीं। इस फ्रैक्चर के लिए प्लेट से इलाज किए गए 100 में से लगभग 18 लोगों में हड्डी नहीं जुड़ी (हड्डी का न जुड़ना), और 100 में से लगभग 24 लोगों को रास्ते में किसी न किसी तरह की जटिलता (कॉम्प्लिकेशन) हुई।

हड्डी जुड़ने में सप्ताह नहीं, महीने लगते हैं। जिन हड्डियों को जुड़ने के लिए अतिरिक्त मदद चाहिए, उनमें 3 से 8 महीने के बीच कभी भी जुड़ना देखा गया है। आप जल्दी सामान्य नहीं होंगे, और यह अभी से जान लेना अच्छा है। फ्रैक्चर खुद ठीक हो जाने के बाद भी, आपकी ज़िंदगी की गुणवत्ता पर असर 12 महीने तक बना रह सकता है। बहुत से लोगों को लगता है कि पैर जल्दी थक जाता है, सीढ़ियों के लिए योजना बनानी पड़ती है, और घुटने पर भरोसा धीरे-धीरे लौटता है। ठीक होने का यही आम रूप है, यह इस बात का संकेत नहीं कि कुछ नाकाम हो गया है।

कुछ सचमुच अच्छी बातें भी हैं। जब हड्डी जुड़ जाती है, तो बदला गया घुटना आम तौर पर पहले जितना ही अच्छा काम करता रहता है। जिन लोगों को यह फ्रैक्चर होता है, उनमें बदले गए जोड़ के टिके रहने की दर उन लोगों से खराब नहीं होती जिन्हें यह फ्रैक्चर कभी नहीं हुआ। इलाज के कुछ विकल्पों में आप तुरंत पैर पर वज़न भी डाल सकते हैं, जिसका मतलब हो सकता है अस्पताल में कम दिन रुकना और रोज़ की गतिविधियों पर जल्दी लौटना।

अगर हड्डी को यूँ ही छोड़ दिया जाए, तो वह शायद ही कभी अपने आप ठीक होती है, इसीलिए आम तौर पर जल्दी सर्जरी की सलाह दी जाती है। मुख्य जोखिम जिन पर नज़र रखनी है, वे हैं हड्डी का न जुड़ना या आगे चलकर मरम्मत के लिए और सर्जरी की ज़रूरत पड़ना। आपके सर्जन आपसे बात करेंगे कि ये आंकड़े आपके अपने फ्रैक्चर, आपकी हड्डी की गुणवत्ता और आपके सामान्य स्वास्थ्य पर कैसे लागू होते हैं।

डॉक्टर को कब दिखाएं

अगर आप गिर जाएं या आपको ठोकर लगे और आपको अपने बदले गए घुटने के ठीक ऊपर या ठीक नीचे तेज़ दर्द महसूस हो, तो तुरंत इसकी जांच करवाएं। अगर आप पैर पर बिल्कुल वज़न नहीं डाल पा रहे, या पैर टेढ़ा या छोटा दिख रहा है, तो इमरजेंसी विभाग जाएं। अगर आपको बदले गए जोड़ के पास लगातार दर्द है जो आराम से कम नहीं होता, या ऐसा दर्द जो रात में आपको जगा देता है, तो बिना देर किए अपने जीपी (आपके फैमिली डॉक्टर) को दिखाएं। अगर घुटना अस्थिर लगता है, या खड़े होने पर आपको भरोसा नहीं होता कि पैर आपको संभाल लेगा, तो किसी विशेषज्ञ से जांच के लिए कहें। ये फ्रैक्चर उस हड्डी में होते हैं जो पतली और कमज़ोर हो चुकी है, इसलिए एक छोटी-सी ठोकर भी काफ़ी हो सकती है। अगर फ्रैक्चर मिलता है, तो आम तौर पर जल्दी सर्जरी की सलाह दी जाती है, क्योंकि हड्डी शायद ही कभी अपने आप ठीक होती है।