

टोटल नी रिप्लेसमेंट (पूरा घुटना बदलने का ऑपरेशन)

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

यह ऑपरेशन क्यों सुझाया गया है

टोटल नी रिप्लेसमेंट, जिसे टोटल नी आर्थ्रोप्लास्टी भी कहते हैं, का मतलब है आपके घुटने के जोड़ की घिसी हुई सतहों को एक कृत्रिम जोड़ से बदलना। इस ऑपरेशन का मुख्य कारण गंभीर गठिया (आर्थराइटिस) से होने वाले दर्द से राहत देना है। सर्जरी पर विचार करने से पहले, हम आम तौर पर पहले बिना ऑपरेशन वाला इलाज आजमाते हैं: गतिविधियों में बदलाव, फिजियोथेरेपी, छड़ी जैसे चलने में मदद करने वाले साधन, सूजन कम करने वाली दवाएं (एंटी-इन्फ्लेमेटरी), और घुटने में इंजेक्शन। जब इन इलाजों से पर्याप्त सुधार नहीं होता, तब सर्जरी की बारी आती है। इसे सुझाने से पहले यह भी ज़रूरी है कि आपके एक्स-रे उस बात से मेल खाएं जो आप घुटने में महसूस करते हैं। हम आपके सामान्य स्वास्थ्य, आपके घुटने के काम, और इस ऑपरेशन से आप क्या हासिल करना चाहते हैं, इन सब पर ध्यान देते हैं, और फैसला आप और हम मिलकर करते हैं। लक्ष्य है आपके लिए, एक व्यक्ति के रूप में, सबसे अच्छा संभव परिणाम: कम दर्द, बेहतर हरकत, और एक ऐसा घुटना जिस पर आप रोज़मर्रा में भरोसा कर सकें।

ऑपरेशन से पहले

सर्जरी तय हो जाने के बाद, हम आपको आने से पहले के दिनों में पालन करने के लिए साफ़ निर्देश देंगे। आपको ऑपरेशन से सात घंटे पहले खाना-पीना बंद करना होगा। हम छह की जगह सात घंटे इसलिए कहते हैं ताकि अगर ऑपरेशन थिएटर की सूची जल्दी चल रही हो तो हम आपका ऑपरेशन पहले कर सकें। कुछ दवाओं को रोकने की ज़रूरत पड़ सकती है, और हम आपको बताएंगे कि कौन-सी और कब। आप जो कुछ भी लेते हैं, उसकी लिखी हुई सूची साथ लाएं, जिसमें गोलियां, इंजेक्शन और सप्लीमेंट शामिल हों। ऑपरेशन के बाद आपको घर ले जाने के लिए किसी गाड़ी चलाने वाले का इंतज़ाम करें, क्योंकि आप खुद गाड़ी नहीं चला पाएंगे। ढीले, आरामदायक कपड़े पहनें जिन्हें उतारना आसान हो। एक्स-रे जैसी इमेजिंग, और कभी-कभी एमआरआई या अल्ट्रासाउंड, हमें ऑपरेशन की योजना बनाने में मदद करते हैं। अगर आपको दूसरी बीमारियां हैं, तो सर्जरी की तारीख से पहले आपको खून की जांच या एनेस्थेतिस्ट (बेहोशी के डॉक्टर) से जांच की ज़रूरत पड़ सकती है।

ऑपरेशन के दिन

आप अस्पताल की सर्जिकल एडमिशन यूनिट में पहुंचेंगे, जहां आपको भर्ती किया जाएगा और ऑपरेशन थिएटर के लिए तैयार किया जाएगा। इसके बाद आप एनेस्थेतिस्ट से मिलेंगे। यह ऑपरेशन जनरल एनेस्थीसिया (जिसमें आप पूरी तरह बेहोश रहते हैं) में किया जाता

है। ऑपरेशन के बाद के दर्द से राहत के लिए कभी-कभी साथ में रीजनल नर्व ब्लॉक (शरीर के एक हिस्से को सुन्न करने का इंजेक्शन) भी दिया जाता है; एनेस्थेसिस्ट ऑपरेशन के दिन आपसे इसके बारे में बात करेंगे।

इसके बाद आपको ऑपरेशन थिएटर में ले जाया जाता है, जहां ऑपरेशन किया जाता है। ऑपरेशन के बाद, आप रिकवरी एरिया में जाएंगे, जहां एनेस्थीसिया का असर खत्म होने तक नर्स आप पर नज़र रखती हैं। जब आपकी हालत स्थिर हो जाएगी, तो आप या तो वाई में जाएंगे या घर, यह प्रक्रिया और आपके ठीक होने पर निर्भर करता है।

ऑपरेशन में क्या किया जाता है

टोटल नी रिप्लेसमेंट का मतलब है आपके घुटने के जोड़ की घिसी हुई सतहों को हटाकर उनकी जगह कृत्रिम पुर्ज़ें लगाना। जोड़ तक पहुंचने के लिए आपके सर्जन आपके घुटने के सामने एक चीरा लगाते हैं। आपकी जांघ की हड्डी के सिरे और टिबिया (शिन की हड्डी) के ऊपरी हिस्से की खराब सतहों को नए पुर्ज़ों के अनुसार आकार दिया जाता है, और फिर पुर्ज़ों को अपनी जगह पर लगा दिया जाता है। उनके बीच प्लास्टिक की एक चिकनी सतह रहती है ताकि जोड़ आसानी से हिल सके। अगर घुटने की कटोरी (नीकैप) की सतह बुरी तरह घिस गई हो, तो उसका भी इलाज किया जा सकता है।

आपके सर्जन नए जोड़ के आसपास के नरम ऊतकों का संतुलन ध्यान से बनाते हैं। इसका मतलब है यह जांचना कि घुटना सीधा होने पर और मुड़ने पर स्थिर रहे, ताकि वह न बहुत कसा हो और न बहुत ढीला। यह संतुलन सही होने से घुटना मुड़ते समय घुटने की कटोरी अपने खांचे में आसानी से फिसलती है। पुर्ज़ों को हड्डी से बोन सीमेंट (हड्डी का सीमेंट) के साथ या उसके बिना जोड़ा जा सकता है; दोनों तरीकों से नया जोड़ मज़बूती से टिका रहता है।

इस ऑपरेशन को करने का कोई एक सबसे अच्छा तरीका नहीं है, और आपके सर्जन मानक पुर्ज़ों के साथ एक मानक, अच्छी तरह स्थापित तरीका अपनाते हैं। जब सब कुछ अपनी जगह पर हो और ठीक से हिल रहा हो, तो चीरे को टांकों से बंद करके ड्रेसिंग (घाव की पट्टी) से ढक दिया जाता है।

ऑपरेशन के बाद

जब आप जागेंगे, तो आप रिकवरी एरिया में होंगे, और नर्स आप पर बारीकी से नज़र रखेंगी। जब आपकी हालत स्थिर हो जाएगी, तो आपको वाई में ले जाया जाएगा। आपके घुटने पर ड्रेसिंग लगी होगी, और नर्स जल्द ही आपको उठने और चलने-फिरने में मदद करेंगी, अक्सर शुरुआत में वॉकिंग फ्रेम के सहारे। दर्द से राहत योजना का हिस्सा है, और एनेस्थीसिया का असर खत्म होते समय आपकी टीम आपको आराम में रखेगी। घर पहुंचने के बाद पहले 24 घंटे तक किसी को आपके साथ रहना चाहिए। आपकी टीम आपको बताएगी कि आप उसी दिन घर जाएंगे या एक रात अस्पताल में रुकेंगे। हम ड्रेसिंग को लगभग 10 दिन तक लगी रहने देते हैं; कृपया इससे पहले इसे न हटाएं, जब तक हम आपको ऐसा करने को न कहें। जब हम आपको देखते हैं तब हम इसे बदलते या हटाते हैं।

ठीक होने की प्रक्रिया

शुरुआती दिनों में घुटने में दर्द और सूजन की उम्मीद रखें। यह ठीक होने का एक सामान्य हिस्सा है, और जैसे-जैसे घुटना ठीक होता है यह धीरे-धीरे कम हो जाता है। दर्द से राहत योजना का हिस्सा है, और आपकी टीम आपको आराम में रखेगी। ऑपरेशन के कुछ ही समय बाद उठना और चलना-फिरना आपके ठीक होने में मदद करता है, और आपके फिजियोथेरेपिस्ट आपको ऐसी एक्सरसाइज़ कराएंगे जो नए जोड़ में ताकत और हरकत बढ़ाती हैं। इन एक्सरसाइज़ को नियमित रूप से करना, इन्हें एकदम सही तरीके से करने से ज़्यादा ज़रूरी है।

रोज़मर्रा में आप घुटने को मोड़ने और सीधा करने का अभ्यास करेंगे, हर बार थोड़ा ज़्यादा चलेंगे, और अपनी गति से घर के सामान्य कामों पर लौटेंगे। सूजन को कम होने में अक्सर कुछ समय लगता है, और जैसे-जैसे यह कम होती है, हरकत बेहतर होती जाती है। बहुत से लोग

देखते हैं कि सूजन उतरने और एक्सरसाइज़ का असर होने के बाद उनका घुटना सबसे अच्छा महसूस होता है। ठीक होने की प्रक्रिया समय के साथ चलती रहती है, और पहले साल में जो सुधार आप महसूस करते हैं, वे उसके बाद भी बढ़ते रह सकते हैं।

इस ऑपरेशन के बाद आपको ब्रेस की ज़रूरत नहीं होगी। घुटना आरामदायक हो जाने के बाद ज़्यादातर लोगों के लिए सोना आसान हो जाता है, और आपके फिजियोथेरेपिस्ट आपके लिए सही सोने की स्थितियां सुझा सकते हैं। गाड़ी चलाने के बारे में ज़रूरी नियम ये हैं: जब तक आप तेज़ दर्द निवारक दवाएं ले रहे हों या ऑपरेशन वाले पैर के लिए अभी भी वॉकिंग फ्रेम, बैसाखी या छड़ी पर निर्भर हों, तब तक गाड़ी न चलाएं, और गाड़ी तभी चलाएं जब आप अपना पैर बिना हिचकिचाए पैडलों के बीच ले जा सकें और ज़ोर से ब्रेक लगा सकें, और इतने आराम से बैठ और मुड़ सकें कि अपने शीशे और ब्लाइंड स्पॉट (शीशों में न दिखने वाली जगह) देख सकें। कौन-सा घुटना बदला गया है, यह मायने रखता है, और यह भी कि गाड़ी ऑटोमैटिक है या मैनुअल: ऑटोमैटिक में दायां पैर ब्रेक लगाता है, जबकि मैनुअल में बायां पैर क्लच दबाता है, इसलिए बायां घुटना उतना आसान मामला नहीं है जितना अक्सर माना जाता है। सही समय आने पर आपके अपने सर्जन आपको अनुमति देंगे।

ठीक होने की प्रक्रिया हर व्यक्ति में अलग होती है, और आपकी समय-सीमा अलग हो सकती है। आपके सर्जन और फिजियोथेरेपिस्ट पूरे रास्ते आपका मार्गदर्शन करेंगे।

क्या समस्याएं हो सकती हैं

ज़्यादातर मरीज़ अच्छी तरह ठीक हो जाते हैं, लेकिन कभी-कभी समस्याएं हो सकती हैं। आपके सर्जन और टीम आप पर बारीकी से नज़र रखते हैं ताकि किसी भी समस्या को जल्दी पकड़ा जा सके।

नए जोड़ के आसपास संक्रमण (इन्फेक्शन) वह समस्या है जिस पर हम सबसे ज़्यादा ध्यान रखते हैं। यह गहरे, टीस मारते दर्द के रूप में दिख सकता है जो सामान्य दर्द निवारक दवाओं से कम नहीं होता, घाव से बाहर की ओर फैलती लाली, घुटने पर गर्माहट, या चीरे से तरल का रिसाव। आपको बुखार जैसा या आम तौर पर तबीयत खराब लग सकती है। अगर आपको इनमें से कोई भी लक्षण दिखे, तो अपने अगले अपॉइंटमेंट का इंतज़ार करने के बजाय तुरंत क्लिनिक को फ़ोन करें। जल्दी पकड़ा गया संक्रमण, जड़ पकड़ चुके संक्रमण की तुलना में इलाज करने में कहीं आसान होता है।

समय के साथ, बिना किसी संक्रमण के भी, नए पुर्जे हड्डी से ढीले हो सकते हैं। यह आम तौर पर ऐसे दर्द जैसा लगता है जो महीनों के साथ लौट आता है या बढ़ता जाता है, कभी-कभी इस एहसास के साथ कि घुटना अब आपके नीचे स्थिर नहीं है। अपनी फॉलो-अप जांच में इसके बारे में बताएं ताकि हम इसकी जांच कर सकें।

कभी-कभी घुटना उतनी आसानी से नहीं मुड़ता जितनी हमें उम्मीद थी, या घुटने की कटोरी अपने खांचे में आसानी से नहीं फिसलती। आप ऐसी जकड़न देख सकते हैं जो एक्सरसाइज़ से बेहतर नहीं होती, कट-कट या घिसने जैसा एहसास, या सीढ़ियों का इस्तेमाल करते समय या खड़े होते समय घुटने के सामने दर्द। अपनी अगली मुलाकात में हमें बताएं। अगर समस्या जकड़न है, तो ऐसे इलाज हैं जो हम घुटने को फिर से हिलाने में मदद के लिए दे सकते हैं।

इस ऑपरेशन के बाद पैर की गहरी शिराओं (वेन) में खून के थक्के बन सकते हैं। पिंडली में अचानक सूजन और छूने पर दर्द, या ऐसे दर्द पर नज़र रखें जो सर्जरी से होने वाले दर्द की उम्मीद से ज़्यादा हो। अगर कोई थक्का फेफड़ों तक चला जाए, तो आपकी सांस फूल सकती है या सीने में दर्द हो सकता है। अगर आपको सांस से जुड़े लक्षण हों तो इमरजेंसी विभाग जाएं, और पिंडली के लक्षणों के बारे में क्लिनिक को फ़ोन करें।

अगर आप विस्तार से जानना चाहते हैं, तो इस पेज पर दी गई जटिलताओं की तालिका में आम दरें दी गई हैं।

हमें कब फ़ोन करें

ज़्यादातर समस्याओं के चेतावनी संकेत होते हैं, और उन्हें जल्दी पकड़ने से उनका इलाज आसान हो जाता है। अगर आपको बुखार हो, घाव पर बढ़ती लाली या उससे रिसाव हो, या ऐसा दर्द हो जो कम होने के बजाय लगातार बढ़ता जा रहा हो, तो हमें फ़ोन करें। पिंडली में सूजन या छूने पर दर्द के बारे में भी हमें फ़ोन करें। अगर आपकी सांस फूले या सीने में दर्द हो, या अगर आपके पैर में अचानक महसूस होना बंद हो जाए या आप उसे हिला न पाएं, तो इमरजेंसी विभाग जाएं। अगर आपको यकीन न हो कि कोई बात सामान्य है या नहीं, तब भी हमें फ़ोन करें। हम इसके बारे में जल्दी सुनना पसंद करेंगे।