

हैमेट हड्डी के हुक को निकालने का ऑपरेशन (हुक ऑफ़ हैमेट एक्सिज़न)

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

यह ऑपरेशन क्यों सुझाया गया है

डॉ. कीरन हिरपरा, माटर प्राइवेट हॉस्पिटल, रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंग (कंधे से हाथ तक) के सर्जन, इलाज को आपकी खास चोट के अनुसार तय करते हैं। हुक ऑफ़ हैमेट आपकी कलाई की एक छोटी हड्डी (हैमेट) का हुक जैसा हिस्सा है, जो आपकी हथेली के छोटी उंगली वाले किनारे पर होता है। इस हड्डी के टूटे टुकड़े को निकालने को हुक ऑफ़ हैमेट एक्सिज़न कहते हैं। हम आम तौर पर पहले बिना ऑपरेशन वाला इलाज आजमाते हैं, जैसे प्लास्टर (कास्ट) या स्प्रिंट, और जब उससे काफ़ी सुधार न हो तब सर्जरी पर विचार करते हैं। कुछ ताज़ा फ्रैक्चर में सीधे सर्जरी की सलाह दी जा सकती है। मरीज़ आम तौर पर अपने जीपी (आपके फैमिली डॉक्टर) के रेफ़रल से हमारे क्लिनिक आते हैं; अगर किसी फिजियोथेरेपिस्ट ने आपको हमसे मिलने की सलाह दी है, तब भी मेडिकेयर की छूट (रिबेट) पाने के लिए आपको अपने जीपी से रेफ़रल लेना होगा। क्लिनिक में जांच, जिसमें आपकी पूरी जानकारी, शारीरिक जांच और ज़रूरत हो तो इमेजिंग (स्कैन) शामिल है, से निदान पक्का होता है।

इस ऑपरेशन का उद्देश्य दर्द से आराम दिलाना और हाथ का सामान्य काम-काज वापस लाना है। यह अक्सर उन खिलाड़ियों को सुझाया जाता है जो कसकर पकड़ते हैं, जैसे बेसबॉल खिलाड़ी। 94.5% मरीज़ों का खेल पर लौटना दर्ज किया गया। बहुत से लोग सर्जरी के 5 से 7 सप्ताह के बीच खेल पर लौट आते हैं। हम बात करेंगे कि यह ऑपरेशन आपके लिए सही है या नहीं, और आप और हम मिलकर तय करेंगे।

ऑपरेशन से पहले

सर्जरी से पहले, ऑपरेशन की योजना बनाने के लिए आपकी कुछ इमेजिंग ज़रूरी होगी। इसमें एक्स-रे, एमआरआई स्कैन (ऐसा स्कैन जो हड्डी और नरम ऊतक को विस्तार से दिखाता है) या अल्ट्रासाउंड शामिल हो सकता है। ज़्यादातर मरीज़ों को इसके अलावा कुछ नहीं चाहिए। अगर आपको दूसरी बीमारियाँ हैं, तो आपको खून की जांच या एनेस्थेतिस्ट (बेहोशी के डॉक्टर, यानी वह डॉक्टर जो आपको एनेस्थीसिया देता है) से जांच करवाने की ज़रूरत पड़ सकती है। कृपया अपनी अपॉइंटमेंट पर अपनी अभी चल रही सभी दवाओं की सूची लाएं। आपका सर्जन बताएगा कि सर्जरी से पहले कौन-सी दवाएं कब बंद करनी हैं। अपने ऑपरेशन से सात घंटे पहले तक कुछ न खाएं और न पिएं। हम छह के बजाय सात घंटे इसलिए कहते हैं ताकि अगर ऑपरेशन थिएटर की सूची जल्दी चल रही हो तो हम आपको पहले बुला सकें। बाद में आपको घर ले जाने के लिए किसी गाड़ी चलाने वाले का इंतज़ाम करें। उस दिन ढीले, आरामदायक कपड़े पहनें।

ऑपरेशन के दिन

आप अस्पताल की सर्जिकल एडमिशन यूनिट में पहुंचेंगे। वहां कर्मचारी आपका नाम दर्ज करेंगे और आपको ऑपरेशन थिएटर के लिए तैयार करेंगे। फिर आप एनेस्थेसिस्ट से मिलेंगे, वह डॉक्टर जो आपको एनेस्थीसिया देता है। यह ऑपरेशन जनरल एनेस्थीसिया (जिसमें आप पूरी तरह बेहोश रहते हैं) में किया जाता है। ऑपरेशन के दौरान आप पूरी तरह बेहोश रहेंगे। कुछ मरीजों को ऑपरेशन के बाद दर्द से आराम के लिए नर्व ब्लॉक (शरीर के एक हिस्से को सुन्न करने का इंजेक्शन) भी दिया जा सकता है; एनेस्थेसिस्ट आपकी व्यक्तिगत स्थिति के आधार पर उसी दिन यह तय करते हैं।

उसके बाद, आपको ऑपरेशन थिएटर में ले जाया जाएगा, जहां ऑपरेशन किया जाता है। जब यह पूरा हो जाएगा, तो आप रिकवरी एरिया में जाएंगे। एनेस्थीसिया का असर खत्म होने तक नर्स वहां आप पर नज़र रखेंगी। जब आपकी हालत स्थिर हो जाएगी, तो आप या तो वार्ड में जाएंगे या घर जाएंगे। इनमें से क्या होगा, यह प्रक्रिया और आपके ठीक होने पर निर्भर करता है।

ऑपरेशन में क्या किया जाता है

आपका सर्जन आपकी हथेली में, छोटी उंगली वाली तरफ हाथ के निचले हिस्से के पास, सीधे हैमेट के हुक के ऊपर एक चीरा लगाता है। हुक हड्डी का एक छोटा मुड़ा हुआ टुकड़ा है जो आपकी हथेली में गहराई में होता है। इस चीरे से, आपका सर्जन ध्यान से अल्नर नर्व (तंत्रिका) और अल्नर धमनी को ढूंढता है, दो ज़रूरी हिस्से जो हुक के ठीक बगल से गुज़रते हैं, और पूरे ऑपरेशन के दौरान उन्हें सुरक्षित रखता है।

इसके बाद, आपका सर्जन हड्डी के टूटे टुकड़े को उससे जुड़े नरम ऊतक से अलग करता है और उसे निकाल देता है। फिर हड्डी के बचे हुए किनारे को चिकना किया जाता है ताकि आपके टेंडन (कंडरा) बिना अटके उसके ऊपर से फिसल सकें। उंगलियों को मोड़ने वाले टेंडन इस हड्डी के पास से गुज़रते हैं, और खुरदरा किनारा उन्हें परेशान (इरिटेट) कर सकता है, इसलिए इसे चिकना करना ज़रूरी है।

फिर आपका सर्जन चीरे को टांकों से बंद करता है। घाव पर ड्रेसिंग (घाव की पट्टी) लगाई जाती है, और हम आपको बताएंगे कि इसे कब हटाना है।

आपके नज़रिए से ऑपरेशन अपने आप में सीधा-सादा है: आप बेहोश रहते हैं, टूटा टुकड़ा निकाल दिया जाता है, और आप रिकवरी में अपनी हथेली पर गद्देदार ड्रेसिंग के साथ जागते हैं।

ऑपरेशन के बाद

जब आप जागेंगे, तो आपको रिकवरी वार्ड में ले जाया जाएगा, जहां नर्स आपकी जांच करेंगी और आपको आराम में रखेंगी। हम चीजों को शांत रखने के लिए आपको दर्द की दवा देंगे, और ज़्यादातर लोगों को तकलीफ़ कम लगती है जो पहले कुछ दिनों में शांत हो जाती है। आपके हाथ पर गद्देदार ड्रेसिंग होगी, और ऑपरेशन के कुछ ही समय बाद आप अपनी उंगलियां धीरे-धीरे हिला सकते हैं। यह आम तौर पर डे-केस (उसी दिन छुट्टी वाला ऑपरेशन) होता है, इसलिए आप उसी दिन घर जाने की उम्मीद कर सकते हैं, हालांकि कभी-कभी मरीज़ रात भर रुकते हैं। हम ड्रेसिंग को लगभग 10 दिन तक लगा रहने देते हैं; जब तक हम न कहें, कृपया उससे पहले इसे न हटाएं। जब हम आपको देखते हैं, तब हम इसे बदलते या हटाते हैं। कृपया घर पहुंचने के बाद पहले 24 घंटे आपके साथ किसी के रहने का इंतज़ाम करें।

ठीक होने की प्रक्रिया

हड्डी का टूटा टुकड़ा निकल जाने के बाद ज़्यादातर लोगों को लगता है कि हथेली का दर्द लगातार कम होता जाता है। तकलीफ़ आम तौर पर कम होती है और पहले कुछ दिनों में घट जाती है। घाव के आसपास कुछ सूजन और छूने पर दर्द सामान्य है। अपने हाथ को आराम देने, जब हो सके उसे ऊंचा रखने, और हमारी दी हुई दर्द की दवा लेने से मदद मिलेगी।

आप अपनी हथेली पर गद्देदार ड्रेसिंग के साथ घर जाएंगे। इसे साफ़ और सूखा रखें, और जब तक हम आपको न देखें तब तक इसे लगा रहने दें। ऑपरेशन के कुछ ही समय बाद आप अपनी उंगलियां धीरे-धीरे हिला सकते हैं, और चीज़ें शांत होने के दौरान हल्का हिलना-डुलना मदद करता है। सर्जरी के बाद हैंड थेरेपी एक्सटेंड रिहैबिलिटेशन (Extend Rehabilitation) में रूबी डूलन के साथ होती है। रूबी एक हैंड थेरेपिस्ट (हाथ के विशेषज्ञ थेरेपिस्ट) हैं: वे आपके व्यायाम करवाएंगी और आपको जिस भी स्प्लिंट की ज़रूरत हो, वह बनाएंगी। घर पर, आराम महसूस होने पर आप ऑपरेशन वाले हाथ से रोज़ के हल्के काम कर सकते हैं, लेकिन जब तक आपकी थेरेपिस्ट और हम अनुमति न दें, तब तक कसकर पकड़ने, भारी सामान उठाने और खेल से बचें।

पड़ाव सीधे-सादे हैं। जब घाव आरामदायक हो और आप अपने हाथ को बचाए बिना स्टीयरिंग व्हील पकड़ और घुमा सकें, तो आम तौर पर फिर से गाड़ी चलाना ठीक है; हमारा पेज देखें [ऊपरी अंग की सर्जरी के बाद गाड़ी चलाना](#)। जैसे-जैसे सूजन कम होती है और आपकी पकड़ की ताकत लौटती है, आप धीरे-धीरे शारीरिक मेहनत वाले काम, खेल और जिम पर लौट सकते हैं। अंतिम परिणाम तब आता है जब आपके दर्द और ताकत में सुधार होना रुक जाता है।

ठीक होना हर व्यक्ति में अलग होता है। आपकी समय-सीमा अलग हो सकती है, और हम और आपकी हैंड थेरेपिस्ट रास्ते भर आपका मार्गदर्शन करेंगे।

क्या समस्याएं हो सकती हैं

ज़्यादातर मरीज़ अच्छी तरह ठीक हो जाते हैं, लेकिन कभी-कभी समस्याएं हो सकती हैं। आपका सर्जन और टीम आप पर करीब से नज़र रखते हैं ताकि किसी भी समस्या का जल्दी पता चल सके।

हम मुख्य रूप से खुद घाव की किसी समस्या पर नज़र रखते हैं। यह चीरे से बाहर की ओर फैलती लाली जैसा दिख सकता है, या उस जगह का आसपास की त्वचा से ज़्यादा गर्म महसूस होना। ड्रेसिंग पर कुछ तरल या साफ़ रिसाव भी इसका संकेत हो सकता है। अगर आपको इनमें से कुछ भी दिखे, तो अपनी अगली मुलाकात का इंतज़ार करने के बजाय क्लिनिक को फ़ोन करें।

जो दर्द आम तरीके से न चले, वह भी बताने लायक है। इस ऑपरेशन के बाद तकलीफ़ आम तौर पर कम होती है और पहले कुछ दिनों में शांत हो जाती है। गहरा, धड़कता हुआ दर्द जो साधारण दर्द निवारक दवाओं से कम न हो, या ऐसा दर्द जो बेहतर होने के बजाय बढ़ता जाए, इसके लिए फ़ोन करना ठीक है। हमें बताएं कि आपको क्या महसूस हो रहा है और यह कब शुरू हुआ, और ज़रूरत हो तो हम आपको जल्दी देखेंगे।

क्योंकि नर्व और खून की नलियां निकाली जा रही हड्डी के पास से गुज़रती हैं, इसलिए आपकी छोटी उंगली और अनामिका में एहसास या रंग में बदलाव भी मायने रखते हैं। सुन्नपन, झुनझुनी, या उंगलियां जो फीकी (सफ़ेद पड़ी हुई) या नीली-सी दिखें, इनके बारे में तुरंत बताना चाहिए। काम के घंटों में क्लिनिक को फ़ोन करें, या अगर ऐसा रात में या सप्ताहांत पर हो तो इमरजेंसी विभाग जाएं।

शुरुआती दिनों में घाव के आसपास कुछ दर्द और सूजन सामान्य है। लेकिन अगर सूजन अचानक बढ़ जाए, या हाथ सिर्फ़ फूला हुआ होने के बजाय कसा हुआ और सख्त महसूस हो, तो इसकी जांच होनी चाहिए। जितनी जल्दी हो सके हमें इसके बारे में बताएं।

अगर आपके ठीक होने के बारे में आपको कुछ भी गलत लगे, तो अपने मन की बात पर भरोसा करें और हमसे संपर्क करें। किसी छोटी चिंता की जल्दी जांच करना, बाद में किसी बड़ी समस्या को संभालने से हमेशा आसान होता है।

अगर आप बारीक जानकारी चाहते हैं, तो इस पेज पर दी गई जटिलताओं की तालिका में आम दरें दी गई हैं।

हमें कब फ़ोन करें

अगर आपको बुखार हो, या घाव ज़्यादा लाल, गर्म हो जाए या उससे रिसाव होने लगे, तो हमें फ़ोन करें। अगर दर्द अचानक बहुत बढ़ जाए, तो हमें फ़ोन करें। अगर आपकी पिंडली में सूजन या दर्द हो, या सांस फूल रही हो, तो इमरजेंसी विभाग जाएं। अगर आपकी छोटी उंगली या अनामिका सुन्न हो जाए, उसका रंग बदल जाए, या आप अपनी उंगलियां न हिला सकें, तो इमरजेंसी विभाग जाएं। अगर कुछ भी गलत लगे, तो उस एहसास पर भरोसा करें और हमसे संपर्क करें।