

ਭਾਰ, ਮੋਟਾਪਾ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ

ਓਵਰਵੇਟ ਜੋੜਾਂ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰਜੀਕਲ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ; ਭਾਰੀ ਭਾਰੀ ਵੀ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Kieran Hirpara © ① ② ③ 4.0



ਇਹ ਪੰਨਾ ਮਸ਼ੀਨ ਦੁਆਰਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂਚਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ। **ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੰਸਕਰਣ** ਹੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਨੋਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਡੂੰਘਾ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੋਟਾਪਾ ਸਿਰਫ਼ ਘੁਟਣ (knee) 'ਤੇ ਇੱਕ ਯਾਂਤਰਿਕ ਬੋਝ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਹ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਡੂੰਘੀ ਸੋਜ (inflammatory) ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਵਧੂ ਭਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜਾਂ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸੋਜ ਦਰਦ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਰਦ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬ੍ਰਾ ਬੰਨ੍ਹਣ ਲਈ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਸ਼ਰਟ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਛੁਪਾਉਣ ਵਰਗੇ ਸਧਾਰਨ ਚਾਲਾਂ ਤੇਜ਼ ਅਸਵਾਦ (sharp discomfort) ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਾਸੇ ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਦਬਾਅ ਸੋਜ ਵਾਲੇ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦਰਦ ਅਕਸਰ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸਖ਼ਤ ਅਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਜਾਗਣ 'ਤੇ ਸਖ਼ਤੀ (stiffness) ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰਕ ਭਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਮੋਟਾਪੇ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਦਾ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (total knee arthroplasty) ਦੇ ਬਾਅਦ ਸਖ਼ਤੀ ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਦਰਾਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਕਸਟਮ ਸਰਜਰੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਰਾਹੀਂ ਇਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਰਮਲ BMI ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਿਰਫ਼ ਸਖ਼ਤੀ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਰੁਕਾਵਟ ਨਹੀਂ ਬਣਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜਦੋਂ ਇਹ ਕਲੀਨਿਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਮੋਟਾਪੇ ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣ (total hip) ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਸਰਜਰੀਆਂ ਦੀ ਘਟਨਾ, ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਆਕਰਸ਼ਕਤਾ (invasiveness) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਨਤੀਜੇ ਅਤੇ ਰੀਵਿਜ਼ਨ ਦਰਾਂ ਸਰੀਰਕ ਪੁੰਜ ਸੂਚਕਾਂਕ (body mass index) ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਜਸਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭਵ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦੇਖਭਾਲ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜ ਸਿਰਫ਼ ਹਿੰਜ (hinges) ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਜਟਿਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਹੱਡੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਮੂਥ ਕਾਰਟੀਲੇਜ (cartilage) ਦੁਆਰਾ ਢਕੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਾਰਟੀਲੇਜ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਕ ਐਬਜ਼ਾਰਬਰ (shock absorber) ਜਾਂ ਗੈਸਕੇਟ (gasket) ਵਜੋਂ ਸੋਚੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਰਗੜੇ ਬਿਨਾਂ ਚਲਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੋਟਾਪੇ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ, ਮਕੈਨੀਕਲ ਲੋਡ (mechanical load) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕਦਮ ਨਾਲ ਵਾਧੂ ਭਾਰ ਇਹਨਾਂ ਜੋੜਾਂ 'ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਸਮੱਸਿਆ ਭਾਰ ਤੋਂ ਵੀ ਡੂੰਘੀ ਹੈ। ਮੋਟਾਪਾ ਇੱਕ ਸਿਸਟਮਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਡੂੰਘੇ ਸੋਜ (inflammatory) ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਛੱਡਦਾ ਹੈ ਜੋ ਜੋੜ ਦੀ ਪਰਤ ਨੂੰ ਭੜਕਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੋਜ ਪਹਿਨਾਵੇ-ਘਸਾਵੇ (wear-and-tear) ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਮਕੈਨੀਕਲ ਦਬਾਅ ਸਹਿਣਯੋਗ ਲੱਗੇ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਗੁਰੁਤਾਕਰਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਹ ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਸੋਜ ਦਾ ਇਹ ਸੰਯੋਜਨ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਪੁੰਜ ਸੂਚਕਾਂਕ (body mass index) ਵਧਣ ਨਾਲ ਲੱਛਣ ਅਕਸਰ ਕਿਉਂ ਖਰਾਬ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਸਖ਼ਤੀ ਜਾਂ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਜੋੜ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੁਸ਼ਮਣਾਵਾਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰਿਆਂ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੂਥ ਪਰਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਰਾਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੋੜ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਸੋਜੀਲ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਜੋੜ ਸਿਹਤ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਉੱਚ ਸਰੀਰ ਪੁੰਜ ਸੂਚਕਾਂਕ (body mass index) ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਮੌਜੂਦਾ ਸਬੂਤ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੋਟਾਪੇ ਦੀ ਕਲਾਸ (obesity class) ਕੁੱਲ ਹਿੱਪ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (total hip arthroplasty) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਆਪਰੇਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਘਟਨਾ, ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਹਮਲਾਵਰਤਾ (invasiveness) ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। 45 ਦਾ ਸਰੀਰ ਪੁੰਜ ਸੂਚਕਾਂਕ (body mass index) ਸੀਮੇਂਟਲੈਸ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (cementless total knee arthroplasty) ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੀਮਾ ਹੈ। ਮੋਟਾਪੇ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (total knee arthroplasty) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੋਸਟ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਸਖ਼ਤੀ (postoperative stiffness) ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਦਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਪ੍ਰੀ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਕੋਮੋਰਬਿਡਿਟੀਜ਼ (preoperative comorbidities) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਰਜੀਕਲ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨਾਲ ਸਧਾਰਨ BMI ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਪੁੰਜ ਸੂਚਕਾਂਕ (body mass index) ਨੂੰ ਅੰਬੂਲੇਟਰੀ ਸਰਜੀਕਲ ਸੈਂਟਰਾਂ (ambulatory surgical centers) ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੁੱਲ ਜੋੜ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (primary total joint arthroplasty) ਲਈ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਮਲ, ਸਬੂਤ-ਅਧਾਰਿਤ ਮਰੀਜ਼ ਚੋਣ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ।

ਕੁੱਲ ਹਿੱਪ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (total hip arthroplasty) ਦੇ ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਨਤੀਜੇ ਅਤੇ ਰੀਵੀਜ਼ਨ ਦਰਾਂ ਸਰੀਰ ਪੁੰਜ ਸੂਚਕਾਂਕ (body mass index) ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਠਹਿਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੋਟੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (total knee arthroplasty) ਲਈ ਟੀਬੀਅਲ ਸਟੈਮ ਵਿਸਤਾਰ (tibial stem extension) ਬਾਰੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਾਹਿਤ ਸੀਮਿਤ ਅਤੇ ਵੈਧਰੋਗੁਣ (heterogeneous) ਹੈ। ਇਹ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਅਸਰਹੀਣਤਾ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਟੀਬੀਅਲ ਸਟੈਮ ਵਿਸਤਾਰ (tibial stem extension) ਬਾਰੇ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਿੱਟੇ ਕੱਢਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਮੋਟੇ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣ ਆਰਥ੍ਰੋਪਲਾਸਟੀ (total knee arthroplasty) ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ, ਮਾਨਕ ਇਮਪਲਾਂਟ ਡਿਜ਼ਾਈਨਾਂ, ਸੁਸ਼ੋਭਤ BMI ਸਤਰੀਕਰਨ (BMI stratification), ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 10 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਫਾਲੋ-ਅਪ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਬਹੁ-ਕੇਂਦਰੀ ਅਧਿਐਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਲਾ 'ਤੇ ਦਿਖਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਸਿਸਟਮਿਕ ਕਾਰਕ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ (BMI) ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੋਜ (inflammation) ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਸਟਮਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਆਟੋਮੈਟਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਯੋਗ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ।

ਮੌਜੂਦਾ ਸਬੂਤ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਧੇਰੇ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ (BMI) ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਜੋੜ ਸਰਜਰੀਆਂ ਲਈ ਖਰਾਬ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਲੈ ਜਾਂਦਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਮੋਟਾਪੇ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਦਾ ਕੁੱਲ ਘੁਟਣੀ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਘੁਟਣੀ (total knee replacement) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੋਸਟ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਸਟਿਫਨੈੱਸ (postoperative stiffness) ਦੀਆਂ ਵੱਧ ਦਰਾਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖਰਾਬ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵੱਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਲਣ-ਫਿਰਣ ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਐਨਥੀਸੀਆ (anesthesia) ਦੇ ਅਧੀਨ ਮੈਨੀਪੂਲੇਸ਼ਨ (manipulation under anesthesia) ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਸਿਰਫ਼ ਸਟਿਫਨੈੱਸ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਕਲੀਨਿਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣਗੇ।

ਹਿੱਪ (ਹਿੱਪ) ਸਰਜਰੀਆਂ ਲਈ, ਮੋਟਾਪੇ ਦੀ ਕਲਾਸ (obesity class) ਰੀਆਪਰੇਸ਼ਨਾਂ (reoperations) ਦੇ ਜੋਖਮ, ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਲੋੜ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੀ। ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਅਤੇ ਰੀਵੀਜ਼ਨ ਦਰਾਂ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ (BMI) ਨੂੰ ਮਾਤਰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਕੁੱਲ ਹਿੱਪ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਸਰਜਰੀ (total hip replacement) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜਸਟੀਫਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਕੁਝ ਘੁਟਣੀ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਲਈ 45 ਦਾ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ (BMI) ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਟ-ਆਫ਼ (cut-off) ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉੱਚੇ ਭਾਰਾਂ ਲਈ ਡੇਟਾ ਸੀਮਿਤ ਹੈ, ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਸਟਮ ਸਰਜਰੀ ਪਲਾਨਿੰਗ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਧਾਰਣ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੰਪਿੰਗਮੈਂਟ (impingement) ਲਈ ਹਿੱਪ ਅਰਥੋਸਕੋਪੀ (hip arthroscopy) 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਅਵਗਤ ਰਹੋ ਕਿ ਮੋਟੇ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ ਸਧਾਰਣ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕੁੱਲ ਹਿੱਪ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਸਰਜਰੀ (total hip replacement) ਵੱਲ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਬਦਲਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਲਦੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ (earlier intervention) ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਰ ਨੂੰ ਮਾਤਰ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਦੇਖੇਗਾ। ਪੋਸਟ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਕਰਨਾ ਸਫਲ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਕਸਦ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਭਵਿੱਖ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਯੋਜਨਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।