

மேல் முதுகெலும்பு நரம்பு அழுத்தம் நீக்கம்

மேல் மூக்கு நரம்பு சிதைவு நீக்கம், மூக்கு நரம்பின் மீது உள்ள அழுத்தத்தை குறைக்கும்.

Kieran Hirpara © ① ② ③ ④ 4.0



இயந்திர மொழிபெயர்ப்பு — தாய்மொழி தமிழ் மதிப்பாய்வாளர் அவர்களால் சரிபார்க்கப்பட்டது.

இந்த செயல்முறை பரிந்துரைக்கப்பட்டதற்கான காரணம்

இந்த பக்கம் ராக்கம்ப்டனில் உள்ள மேட்டர் தனியார் மருத்துவமனையில் (Mater Private Hospital Rockhampton) உள்ள மேல் உறுப்பு மருத்துவரான டாக்டர் கியாரன் ஹிர்பாரா (Dr Kieran Hirpara) எங்கள் கிளினிக்கில் இந்த பிரச்சனையை எவ்வாறு அணுகுகிறார் என்பதை விளக்குகிறது. பொது மருத்துவர் அல்லது இயற்பியல் சிகிச்சையாளரின் (physiotherapist) பரிந்துரையின் மூலம் எங்கள் கிளினிக்கிற்கு வரலாம். கிளினிக் மதிப்பீடு மூலம் நோயறிதல் உறுதிப்படுத்தப்படுகிறது. பொதுவாக, நாம் முதலில் அறுவை சிகிச்சை அல்லாத சிகிச்சை முறைகளை முயற்சிக்கிறோம் — செயல்பாடுகளில் மாற்றம், இயற்பியல் சிகிச்சை மற்றும் ஊசி மூலம் மருந்து செலுத்துதல் — மற்றும் அவை போதுமான மேம்பாட்டைத் தரவில்லை என்றால் மட்டுமே அறுவை சிகிச்சையைக் கருதுகிறோம். கட்டமைப்பு சார்ந்த பிரச்சினைகள் இருந்தால், அறுவை சிகிச்சை உடனடியாக பரிந்துரைக்கப்படலாம்.

வலி அல்லது பலவீனத்தை ஏற்படுத்தும் நரம்பு அழுத்தம் இருக்கும்போது, நாம் அர்த்தரோஸ்கோபிக் சூப்பிரஸ்கேபுலார் நரம்பு அகற்றும் அறுவை சிகிச்சையை (arthroscopic suprascapular nerve decompression) பரிந்துரைக்கிறோம். இந்த முக்கியமான சிறிய துளை அறுவை சிகிச்சை, நரம்பின் மீதான அழுத்தத்தை நீக்க, இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்கள் மற்றும் மூட்டுக்குள் ஒரு சிறிய கேமரா பயன்படுத்தப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சை பொதுவாக அறுவை சிகிச்சை அல்லாத விருப்பங்கள் தோல்வியடைந்த போதோ அல்லது தெளிவான இயந்திர அழுத்தம் இருக்கும் போதோ வழங்கப்படுகிறது. முக்கிய நன்மை

என்பது வலியிலிருந்து விடுபடுதல் மற்றும் இயல்பான மூட்டு செயல்பாட்டை மீட்டெடுப்பதாகும்.

செயலிக்கு முன்

இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்கள் மற்றும் ஒரு சிறிய கேமரா மூலம் நாங்கள் உங்களை திறந்த அறுவை சிகிச்சைக்கு தயார்படுத்துகிறோம். உங்கள் வருகைக்கு முன் ஆறு மணி நேரம் பசியின்றி இருங்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் குறிப்பிட்ட வழிகாட்டுதல்களை வழங்கும் வரை இரத்தம் உறைதலைத் தடுக்கும் மருந்துகளை நிறுத்த வேண்டாம். வீடு திரும்புவதற்கான போக்குவரத்தை ஏற்பாடு செய்யுங்கள் மற்றும் தற்போது எடுத்து வரும் அனைத்து மருந்துகளின் பட்டியலையும் கொண்டு வாருங்கள். வசதியான, அகலமான ஆடைகளை அணியுங்கள். எக்ஸ்-ரே, எம்ஆர்ஐ, இரத்த சோதனை அல்லது மயக்க மருந்து மதிப்பீடு தேவைப்படலாம். இந்த சோதனைகள் உங்கள் உடல் தயாராக உள்ளதை உறுதி செய்கிறது மற்றும் உங்கள் தோள்பட்டைக்கான பாதுகாப்பான அணுகுமுறையை நாங்கள் திட்டமிட உதவுகிறது.

அன்று

நீங்கள் அனுமதிக்கப்படுவதற்காக மருத்துவமனைக்கு வருவீர்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் திட்டத்தை உறுதிப்படுத்த உங்களை சந்திப்பார். இந்த அறுவை சிகிச்சை பொது மயக்கம் மற்றும் பிராந்திய நரம்பு மூடல் (regional nerve block) ஆகியவற்றின் கீழ் செய்யப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சையின் போது நீங்கள் முழுமையாக மயக்கத்தில் இருப்பீர்கள், மற்றும் மூடல் — உங்களுக்கு விழித்தெழுவதற்கு முன் கைக்கு நரம்புகளை வழங்கும் நரம்புகளை மயக்கமடையச் செய்யும் ஒரு செலுத்தல் — அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு முதல் 12 முதல் 24 மணி நேரம் வரை வலி நிவாரணத்தை வழங்குகிறது. மயக்க நிபுணர் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் உங்களை சந்தித்து, இரண்டு பகுதிகளையும் உங்களுக்கு விளக்குவார்.

நாம் இந்த நடைமுறையை அர்த்தரோஸ்கோபிக் அணுகுமுறையைப் பயன்படுத்தி செய்கிறோம். இதன் பொருள் நாம் இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்களுடன் கீ-ஹோல் அறுவை சிகிச்சையைப் பயன்படுத்துகிறோம் என்பதாகும். ஒரு சிறிய கேமரா உங்கள் தோள்பட்டை மூட்டுக்குள் தெளிவாகப் பார்க்க உங்களை அனுமதிக்கிறது. இந்த முறை நமக்கு மற்ற தோள்பட்டை பிரச்சினைகளை ஒரே நேரத்தில் தீர்க்க உதவுகிறது. நடைமுறைக்குப் பிறகு, நீங்கள் மீட்பு அறையில் விழித்தெழுவீர்கள். மயக்கம் மறைந்தபோது நமது குழு உங்களை நெருக்கமாக கண்காணிக்கும். உங்கள் முதல் வீட்டு நாள் முழுவதும் மூடலிலிருந்து குறிப்பிடத்தக்க வலி நிவாரணத்தை நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம். நீங்கள் வெளியேறும் முன், உங்கள் அடுத்த படிகளை நாம் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவோம்.

செயல்முறை என்னவென்பது

இந்த அறுவை சிகிச்சையை அர்த்ரோஸ்கோபிக் (சிறு துளை) முறையில் நாங்கள் மேற்கொள்கிறோம். அதாவது, ஒரு பெரிய வெட்டுக்குப் பதிலாக இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்களை நாங்கள் செய்கிறோம். இந்தச் சிறிய துளைகள் வழியாக, உங்கள் தோள்பட்டை மூட்டுக்குள் ஒரு சிறிய கேமரா மற்றும் சிறப்பு கருவிகளை நாங்கள் செலுத்துகிறோம். இந்த அமைப்பு பகுதியைத் தெளிவாகக் காண உதவுகிறது, மேலும் ஒரே நேரத்தில் பிற தோள்பட்டை பிரச்சினைகளையும் சரிசெய்ய அனுமதிக்கிறது.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் தோள்பட்டை எலும்பில் உள்ள narrow tissue துளைகள் வழியாகச் செல்லும் சூப்பிரஸ்கேபுலர் நரம்பைக் கண்டறியும். இந்த நரம்பு அழுத்தப்படுவதாலோ அல்லது சிக்கியிருப்பதாலோ இருந்தால், அதை அழுத்தும் கெட்டியான திசுக் கட்டுகள் அல்லது பிணைப்பிகள் (ligaments) ஐ வெட்டி, நரம்பை மெதுவாக விடுவிக்கிறோம். நடைமுறையின் போது உங்கள் பாதுகாப்பை உறுதி செய்ய, நரம்பிற்கு அருகில் செல்லும் சூப்பிரஸ்கேபுலர் தமனியையும் (suprascapular artery) நாங்கள் கவனமாக அடையாளம் கண்டு பாதுகாக்கிறோம்.

சில சந்தர்ப்பங்களில், நாம் அதிக செயல்திறனுடன் பணியாற்ற உதவ, உங்கள் தோள்பட்டை எலும்பின் மேல் விளிம்பை ஒரு வழிகாட்டியாகப் பயன்படுத்தலாம். நரம்பு விடுவிக்கப்பட்டதும், தேவையான பிற சரிசெய்தல்கள் முடிந்ததும், சிறிய வெட்டுக்களை மூடுவதற்கு நூல் முறை (கரையும் அல்லது அகற்றக்கூடிய நூல்) அல்லது மருத்துவப் பிசின் (medical glue) பயன்படுத்தப்படுகிறது. பின்னர், அந்த இடங்களை மூடுவதற்கு ஒரு பட்டை (dressing) போடப்படுகிறது. இந்த முறை, சுற்றியுள்ள திசுக்களில் ஏற்படும் சேதத்தைக் குறைத்துக்கொண்டே, நரம்பு அழுத்தத்தை நேரடியாகச் சிகிச்சையளிக்க அனுமதிக்கிறது.

செயல்முறைக்குப் பிறகு

மீட்புப் பிரிவில் நீங்கள் விழிப்பீர்கள். வலியைக் கட்டுப்படுத்த நாம் நிலையான மருந்துகளை வழங்குவோம். உங்கள் தோள்பட்டை ஒரு சிங்கில் (sling) ஆதரவாக வைக்கப்படும், மற்றும் சிறிய வெட்டுப் பகுதிகள் மீது ஒரு சுத்தமான பட்டை (sterile dressing) வைக்கப்படும். இந்த செயல்முறைக்குப் பிறகு பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஒரு இரவு மருத்துவமனையில் தங்குவார்கள், இருப்பினும் சிலர் அதே நாள் வீடு திரும்பலாம். முதல் 24 மணி நேரத்திற்கு யாராவது உங்களுடன் இருக்க வேண்டும். எந்த கையிலும் செயல்முறை நடந்தாலும், செயல்முறைக்குப் பிறகு குறைந்தபட்சம் ஆறு வாரங்கள் வரை வாகனம் ஓட்டக்கூடாது. சிங்கில் (sling) அணிந்திருக்கும் போது வாகனம் ஓட்டக்கூடாது. உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்கு அனுமதி அளிக்கும் போது, பொதுவாக ஆறு வார மறுஆய்வின் போது, வாகனம் ஓட்டத் தொடங்கலாம். மேலும் விவரங்களுக்கு, [மேல் உறுப்பு செயல்முறைக்குப் பிறகு வாகனம் ஓட்டுதல்](#) ஐப் பார்க்கவும்.

மீட்பு

உங்கள் தோளில் இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய கீஹோல் வெட்டுக்கள் இருக்கும். உங்கள் தோள்பட்டைக்குள் கருவிகளை வழிநடத்த உங்கள் அறுவை மருத்துவருக்கு ஒரு சிறிய கேமரா உதவுகிறது. அருகிலுள்ள இரத்த நாளங்களைப் பாதுகாக்கும் போது நரம்பைத் தெளிவாகக் காண இந்த அணுகுமுறை எங்களுக்கு அனுமதிக்கிறது. வீக்கம் குறையும் வரை உங்கள் கையை நிலையாக வைக்க நீங்கள் ஒரு ஸ்லிங் அணிய வேண்டும்.

முதல் சில நாட்களில் உங்கள் தோள்பட்டை வலியாகவும், கடுமையாகவும் இருக்கலாம். இது இயல்பானது. இதை நாம் பரிந்துரைக்கப்பட்ட வலி நிவாரணம் மற்றும் ஓய்வு மூலம் நிர்வகிக்கிறோம். பனியைப் பயன்படுத்துவது வீக்கத்தைக் குறைக்க உதவும். உங்கள் கையை ஆதரிக்க கூடுதல் தலையணைகளுடன் நீங்கள் உறங்க வேண்டும். இரத்த ஓட்டத்தைத் தக்கவைக்க விரல்கள் மற்றும் மணிக்கட்டு ஆகியவற்றின் மென்மையான இயக்கம் ஊக்குவிக்கப்படுகிறது, ஆனால் உங்கள் தோள்பட்டை பாதுகாக்கப்படும்.

ஆரம்ப வலி குறையும் போது, உங்கள் மருத்துவ மறுசீரமைப்பு நிபுணர் உங்களை மென்மையான பயிற்சிகளுக்கு வழிநடத்துவார். இவை மூட்டு தளர்வாக இருக்க எளிய ஊசல் அசைவுகளால் தொடங்குகின்றன. வலிமையை உருவாக்குவதற்கு முன் நாம் இயக்க வரம்பை மீட்டெடுப்பதில் கவனம் செலுத்துகிறோம். உங்கள் அறுவை மருத்துவர் உங்களுக்கு அனுமதிக்கும் வரை கனமான பொருட்களைத் தூக்குவதிலிருந்தோ அல்லது தலையின் மேல் கையை நீக்குவதிலிருந்தோ தவிர்க்க வேண்டும்.

எந்த கையில் அறுவை சிகிச்சை நடந்தாலும், எந்த தோள்பட்டை அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு குறைந்தது ஆறு வாரங்களுக்கு வாகனம் ஓட்டுவது அனுமதிக்கப்படாது. நீங்கள் ஸ்லிங் அணிந்திருக்கும் போது வாகனம் ஓட்டக்கூடாது. உங்கள் அறுவை மருத்துவர் உங்களுக்கு அனுமதிக்கும் போது, பொதுவாக ஆறு வார மறுசரிபார்ப்பில், நீங்கள் வாகனம் ஓட்டத்தை மீட்டெடுக்கலாம். மேலும் விவரங்களுக்கு எங்கள் வழிகாட்டியைப் பார்க்கவும் [மேல்-உறுப்பு அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு வாகனம் ஓட்டுதல்](#).

மீட்பு தனிநபர்களுக்கு இடையே வேறுபடுகிறது. உங்கள் நேரக்கோடு வேறுபடலாம்; உங்கள் தோள்பட்டை சிகிச்சைக்கு எவ்வாறு பதிலளிக்கிறது என்பதைப் பொறுத்து உங்கள் அறுவை மருத்துவர் மற்றும் மருத்துவ மறுசீரமைப்பு நிபுணர் உங்களை வழிநடத்துவார்.

என்ன தவறு செய்யலாம்

பெரும்பாலான நோயாளிகள் நன்றாக இருப்பார்கள், ஆனால் சில சமயங்களில் சிக்கல்கள் ஏற்படலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் மற்றும் குழு உங்களை கவனமாக கண்காணித்து, எந்த பிரச்சனையையும் ஆரம்பத்திலேயே கண்டறியும்.

உங்கள் திறந்த அறுவை சிகிச்சையின் போது, நாம் ஒரு சிறிய கேமராவைப் பயன்படுத்தி இரண்டு அல்லது மூன்று சிறிய வெட்டுக்களை உருவாக்குகிறோம். நரம்புக்கு அருகில் செல்லும் மேல் பட்டை நரம்பு தமனியை (suprascapular artery) பாதுகாக்க வேண்டும். இந்த இரத்த நாளம் தூண்டப்பட்டால், உங்களுக்கு தோள்பட்டை பகுதியில் அசாதாரண இரத்தப்போக்கு அல்லது விசித்திரமான உணர்வு ஏற்படலாம். வெட்டுக்கள் உள்ள

இடங்களுக்கு அருகில் குறிப்பிடத்தக்க வீக்கம் அல்லது துடிப்பு வலியை நீங்கள் உணர்ந்தால், எங்கள் மருத்துவமனையை உடனடியாக அழைக்கவும். இரத்த ஓட்டம் இயல்பாக உள்ளதா மற்றும் உட்புற இரத்தப்போக்கு இல்லையா என்பதை நாங்கள் சரிபார்க்க வேண்டும்.

சில சமயங்களில், உங்கள் தோள்பட்டை எலும்புகள் அல்லது தசைநார்களின் இயற்கையான வடிவம் நரம்பை இறுக்கமாக ஆக்கலாம். இது அமைப்பு பிறழ்வு (anatomical variation) என்று அழைக்கப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்கு பிறகு நரம்பு அழுத்தப்பட்டே இருந்தால், உங்களுக்கு தோள்பட்டையில் ஆழமான வலி அல்லது பலவீனம் ஏற்படலாம். உங்கள் கையை உயர்த்துவதிலோ அல்லது வெளிப்புறமாக சுழற்றுவதிலோ நீங்கள் கடினத்தை உணரலாம். இந்த வலி எளிய வலி நிவாரண மருந்துகளால் குறையாவிட்டால், அடுத்த மறுஆய்வு நேரத்தில் அதை எடுத்துக்காட்டவும். நரம்பு இன்னும் அழுத்தத்தில் உள்ளதா என்பதை நாங்கள் மதிப்பிடலாம்.

சில சந்தர்ப்பங்களில், அறுவை சிகிச்சை நன்றாக சென்றாலும் நரம்பு முழுமையாக குணமடையாமல் போகலாம். உங்கள் தோள்பட்டை வலி எதிர்பார்த்த அளவுக்கு மேம்படவில்லை என்று நீங்கள் உணரலாம். வலி நிவாரணமும் பகுதி அளவிலேயே இருக்கலாம். வலி பெரும்பாலும் குறையும், ஆனால் தோள்பட்டை திசுக்களில் ஏற்படும் தசை சிதைவு அல்லது கொழுப்பு மாற்றங்கள் மீண்டும் சரி ஆகாது. உங்கள் முன்னேற்றத்தில் நீங்கள் மனநிறைவு இல்லாமல் இருந்தால் அல்லது சில வாரங்களுக்கு பிறகு வலியில் எந்த மாற்றமும் இல்லை என்று உணர்ந்தால், எங்களுக்கு தெரியப்படுத்துங்கள். அடுத்ததாக என்ன எதிர்பார்க்கலாம் என்பதை விவாதித்து, உங்கள் மீட்சி திட்டத்தை மாற்றியமைக்கலாம்.

இந்த பக்கத்தில் உள்ள சிக்கல்கள் அட்டவணை, நீங்கள் குறிப்பிட்ட விகிதங்களை விரும்பினால் வழக்கமான விகிதங்களை பட்டியலிடுகிறது.

எங்களை அழைக்கும் நேரம்

காய்ச்சல், காயத்தின் சிவப்பு அல்லது திரவ வெளியேற்றம் அதிகரித்தல், திடீர் மற்றும் கடுமையான வலி, முழங்கால் வீக்கம், மூச்சுத் திணறல், உணர்வு இழப்பு அல்லது உங்கள் உறுப்பை நகர்த்த முடியாமல் போதல் ஆகியவை ஏற்பட்டால் எங்களை அழைக்கவும். இந்த அறிகுறிகள் அவசர மதிப்பீட்டைத் தேவைப்படுத்துகின்றன. அறிகுறிகள் கடுமையாக இருந்தால் அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்லவும். மீட்பு காலத்தில் நீங்கள் பாதுகாப்பாக இருக்க உதவ நாங்கள் இங்கே இருக்கிறோம். உங்கள் முன்னேற்றத்தைச் சரிபார்க்கவும், உங்கள் சிகிச்சைத் திட்டத்தைத் திருத்தவும் எங்களை உடனடியாகத் தொடர்பு கொள்ளவும்.