

அருகில் உள்ள வரிசை கார்பெக்டோமி

அருகில் உள்ள வரிசைக் கர்ப்பிணியின் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு, மணிக்கட்டு எலும்புகளின் முதல் வரிசை அகற்றப்பட்டு, தலைமுடி ரேடியஸுடன் நேரடியாக இணைக்கப்பட்டு, பயனுள்ள இயக்கத்தை பாதுகாக்கிறது.

Muzichick / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0



இயந்திர மொழிபெயர்ப்பு — தாய்மொழி தமிழ் மதிப்பாய்வாளர் அவர்களால் சரிபார்க்கப்பட்டது.

இந்த அறுவை சிகிச்சை ஏன் பரிந்துரைக்கப்பட்டது

இந்த பக்கம் மேட்டர் தனியார் மருத்துவமனை ராக்ஹாம்ப்ள்டனில் ஒரு மேல்-இறுப்பு அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் டாக்டர் கீரன் ஹிர்பாரா இதை எங்கள் கிளினிக்கில் எவ்வாறு அணுகுகிறார் என்பதை பிரதிபலிக்கிறது. நாங்கள் GP அல்லது பிசியோதெரபிஸ்ட் பரிந்துரை மூலம் நோயாளிகளை அடைகிறோம். ஒரு கிளினிக் மதிப்பீடு உங்கள் நோயறிதலை நிறுவுகிறது. நீண்டகால உடைகள் மற்றும் கண்ணீருக்காக, நாங்கள் பொதுவாக அறுவை சிகிச்சை அல்லாத சிகிச்சையை முதலில் முயற்சி செய்கிறோம். இதில் செயல்பாட்டு மாற்றங்கள், கை சிகிச்சை, அடுப்பு மற்றும் ஊசி ஆகியவை அடங்கும். இவை போதுமான முன்னேற்றத்தை அளிக்காதபோது அறுவை சிகிச்சையை நாங்கள் கருதுகிறோம்.

அருகிலுள்ள வரிசை கார்பெக்டோமி என்பது உங்கள் மணிக்கட்டின் மேல் வரிசையில் உள்ள மூன்று சிறிய எலும்புகளை உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் அகற்றும் ஒரு மணிக்கட்டு செயல்முறையாகும். இது மீதமுள்ள பெரிய எலும்புக்கும் உங்கள் முதுகெலும்புக்கும் இடையில் ஒரு புதிய மூட்டு உருவாக்குகிறது. கீன்போக்கின் நோய் அல்லது மேம்பட்ட மூட்டுவலி போன்ற குறிப்பிட்ட சேதங்களைக் கொண்ட நோயாளிகளுக்கு இதை நாங்கள் வழங்குகிறோம், அங்கு இயக்கம்-பாதுகாக்கும் விருப்பங்கள் தேவைப்படுகின்றன. உங்கள் மணிக்கட்டை நகர்த்துவதன் மூலம் வலியைத் தணிக்க இது ஒரு நம்பகமான வழியாகும். இது 10 ஆண்டுகள் வரை நீடித்த வலி நிவாரணத்தையும் செயல்பாட்டையும் வழங்குகிறது என்று சான்றுகள் காட்டுகின்றன. இந்த முடிவு உங்கள் குறிப்பிட்ட மணிக்கட்டு நிலைக்கு பொருந்துமா என்பதை உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் விவாதிப்பார்.

அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் உங்கள் மணிக்கட்டு மற்றும் ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்தை சரிபார்க்க உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் எக்ஸ்-கதிர்கள், எம்.ஆர்.ஐ ஸ்கேன்கள் அல்லது இரத்த பரிசோதனைகளை ஏற்பாடு செய்வார். உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு ஆறு மணி நேரத்திற்கு முன்பு நீங்கள் உண்ணாவிரதம் இருக்க வேண்டும். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்களுக்கு குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை வழங்கிய பின்னரே இரத்தத்தை மெல்லியதாக மாற்றும் மருந்துகளை உட்கொள்வதை நிறுத்துங்கள். உங்கள் நியமனத்திற்கு தற்போதைய அனைத்து மருந்துகளின் பட்டியலையும் கொண்டு வாருங்கள். உங்கள் வருகைக்கு வசதியான, தளர்வான ஆடைகளை அணியுங்கள். மயக்க மருந்து நீங்கிய பிறகு உங்களை வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்ல யாராவது தேவைப்படுவார்கள். நீங்கள் தயாராக இருப்பதை உறுதிசெய்ய இந்த வழிமுறைகளை நாங்கள் உங்களுடன் மதிப்பாய்வு செய்வோம்.

அன்று

உங்கள் திட்டமிடப்பட்ட நேரத்திற்கு நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வருவீர்கள். எங்கள் குழு உங்களை ஒரு தயாரிப்பு அறைக்கு அழைத்துச் செல்லும். உங்கள் சுகாதார வரலாற்றை மதிப்பாய்வு செய்வதற்கும், நடைமுறை குறித்து உங்களிடம் ஏதேனும் கேள்விகளுக்கு பதிலளிப்பதற்கும் உங்கள் மயக்க மருத்துவரை நீங்கள் சந்திப்பீர்கள். இந்த அறுவை சிகிச்சை பொது மயக்க மருந்தின் கீழ் செய்யப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய வலி நிவாரணத்திற்காக ஒரு பிராந்திய நரம்புத் தடுப்பு சில நேரங்களில் சேர்க்கப்படுகிறது மயக்க மருத்துவர் இதை நாள் முழுவதும் உங்களுடன் விவாதிப்பார்.

நீங்கள் தயாரானவுடன், நீங்கள் அறுவை சிகிச்சை அறைக்கு கொண்டு செல்லப்படுவீர்கள். எதையும் தொடங்குவதற்கு முன்பு நீங்கள் தூங்கிவிடுவீர்கள். நீங்கள் எழுந்தவுடன், நீங்கள் மீட்ட பகுதியில் இருப்பீர்கள். எங்கள் செவிலியர்கள் உங்கள் ஆறுதல் மற்றும் முக்கிய அறிகுறிகளை உன்னிப்பாகக் கண்காணிப்பார்கள். நீங்கள் முழு விழிப்புடன் மற்றும் நிலையானதாக இருக்கும் வரை நீங்கள் அங்கேயே இருப்பீர்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் ஆரம்ப புதுப்பிப்புகளைப் பகிர்ந்து கொள்ள உங்களைப் பார்வையிடுவார். சுவாசக் குழாயிலிருந்து உங்களுக்கு மயக்கம் அல்லது தொண்டை வலி ஏற்படலாம். இது சாதாரணமானது. நீங்கள் வெளியேறுவதற்கு முன் உங்கள் அடுத்த படிகளுக்கான தெளிவான வழிமுறைகளை நாங்கள் வழங்குவோம்.

அறுவை சிகிச்சையின் உள்ளடக்கம்

உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் மணிக்கட்டு மூட்டு மேல் வரிசையில் உள்ள மூன்று சிறிய எலும்புகளை நீக்குகிறார். இந்த நடைமுறை அருகிலுள்ள வரிசை கார்பெக்டோமி என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்த எலும்புகளை அகற்றுவதன் மூலம், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மீதமுள்ள மணிக்கட்டு எலும்புகளுக்கும் உங்கள் முன்கை

எலும்பிற்கும் இடையில் ஒரு புதிய, மென்மையான கூட்டு மேற்பரப்பை உருவாக்குகிறார். இது உங்கள் மணிக்கட்டு நெகிழ்வாக இருக்கும்போது வலியைக் குறைக்க உதவுகிறது.

இந்த அறுவை சிகிச்சை இரண்டு வழிகளில் செய்யப்படலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் மணிக்கட்டில் உள்ள கைப்பையில் ஒரு வெட்டு செய்யலாம். இந்த அணுகுமுறை ஆரம்ப இயக்கத்தையும் இயக்கத்தின் சிறந்த மீட்டெடுப்பையும் அனுமதிக்கிறது. மாற்றாக, உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் கீஹோல் அறுவை சிகிச்சையைப் பயன்படுத்தலாம். இது சிறிய வெட்டுக்கள் மற்றும் சிறப்பு கேமராக்களை உள்ளடக்கியது. இந்த முறை திறந்த நடைமுறையுடன் ஒப்பிடும்போது மணிக்கட்டில் விரைவான அணிதிரட்டலை அனுமதிக்கிறது.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு, உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் எலும்புகளை அகற்றிய பிறகு, உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் தையல் அல்லது பசை மூலம் வெட்டு மூடிவிடுவார். நீங்கள் அந்த பகுதியில் ஒரு பிணைப்பைக் கொண்டிருப்பீர்கள். அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு நீங்கள் ஒரு வார்ப்பு அல்லது அடுக்கு அணியத் தேவையில்லை. உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு விரைவில் உங்கள் மணிக்கட்டை எவ்வாறு நகர்த்தத் தொடங்குவது என்பது குறித்து உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார். இது உங்கள் வலிமையையும் இயக்கம் வரம்பையும் விரைவாக மீட்டெடுக்க உதவுகிறது.

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு

நீங்கள் மீட்பு வார்டில் எழுந்திருப்பீர்கள். நாங்கள் உங்கள் வலியை நிலையான மருந்துகளுடன் நிர்வகிக்கிறோம். உங்கள் மணிக்கட்டு ஒரு பேண்டேஜ் மற்றும் ஒரு ஸ்லிங்கில் இருக்கும். நாங்கள் ஒரு கடினமான நடிகரைப் பயன்படுத்துவதில்லை, எனவே நீங்கள் விரைவில் மென்மையான இயக்கத்தைத் தொடங்கலாம். இந்த அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு பெரும்பாலான நோயாளிகள் ஒரு இரவு மருத்துவமனையில் தங்கியிருக்கிறார்கள், இருப்பினும் சிலர் அதே நாளில் வீட்டிற்குச் செல்ல முடியும். அடிப்படை பணிகளுக்கு உதவ முதல் 24 மணிநேரத்திற்கு யாராவது உங்களுடன் தங்கியிருக்க ஏற்பாடு செய்யுங்கள். வீக்கத்தைக் குறைக்க உங்கள் கையை உயர்த்திக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் மணிக்கட்டு குணமாகும்போது அதைப் பாதுகாக்க பாதுகாப்பான பயிற்சிகள் மூலம் நாங்கள் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவோம்.

மீட்பு

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்கள் மணிக்கட்டில் வீக்கம் மற்றும் கடினத்தன்மை இருப்பதை நீங்கள் கவனிப்பீர்கள். இது இயல்பானது. வீக்கம் குறைய உதவுவதற்காக உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்கள் கையை உயர்த்தி வைக்க பரிந்துரைக்கலாம். இந்த நடைமுறைக்குப் பிறகு உங்களுக்கு ஒரு நடிப்பு அல்லது கனமான இயக்கம் தேவையில்லை. இது உங்கள் மணிக்கட்டை ஆரம்பத்தில் நகர்த்தத் தொடங்க உங்களை அனுமதிக்கிறது, இது விரைவாக இயக்கம் பெற உதவுகிறது.

உங்கள் கை சிகிச்சைக்காக நாங்கள் ரூபி டீலனுடன் பணிபுரிகிறோம். இயக்கம் மற்றும் வலிமையை மீட்டெடுப்பதற்கான மென்மையான பயிற்சிகள் மூலம் அவர் உங்களுக்கு வழிகாட்டுவார். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்களை அனுமதித்தவுடன் இந்த நடவடிக்கைகளைத் தொடங்குவீர்கள். உங்கள் மணிக்கட்டை மீண்டும் பாதையில் கொண்டு வருவதற்கு ஆரம்பகால இயக்கம் முக்கியமானது.

வீட்டில், நீங்கள் வசதியாக அனுமதிக்கும் போது, உங்கள் கையை இலகுவான பணிகளுக்குப் பயன்படுத்துவீர்கள். உங்கள் பிடியின் வலிமை திரும்பும் வரை கனமான தூக்குதல் அல்லது வலுவான பிடியைத் தவிர்க்கவும். துடிப்பைக் குறைக்க உங்கள் கையை தலையணைகளில் தூக்கிக் கொண்டு தூங்குங்கள். உங்கள் மணிக்கட்டை வளைக்க அல்லது நிமிர்த்த முயற்சிக்கும்போது சில வலியை நீங்கள் உணரலாம். உங்கள் திசுக்கள் குணமடைந்து இயக்கம் மேம்படும்போது இது பொதுவாக எளிதாகிறது.

உங்கள் காலவரிசை மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபடலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் மற்றும் இயற்பியல் சிகிச்சையாளர் உங்கள் உணர்வை அடிப்படையாகக் கொண்டு உங்கள் திட்டத்தை சரிசெய்வார்கள். அன்றாட பணிகள் எளிதாகவும் வலி குறைவாகவும் இருக்கும்போது நீங்கள் முன்னேறி வருகிறீர்கள் என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சையாளர் உங்களை ஓட்டுவதற்கு அனுமதித்தவுடன், நீங்கள் மீண்டும் சாலையில் செல்லலாம். குறிப்பிட்ட பாதுகாப்பு விதிகளுக்காக மேல் கால் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு வாகனம் ஓட்டுவது குறித்த எங்கள் வழிகாட்டியைப் பாருங்கள்.

என்ன தவறு நடக்கலாம்

பெரும்பாலான நோயாளிகள் நன்றாக இருக்கிறார்கள், ஆனால் எப்போதாவது பிரச்சினைகள் ஏற்படலாம். உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரும் குழுவும் எந்தவொரு பிரச்சினையையும் ஆரம்பத்தில் கண்டறிய உங்களை உன்னிப்பாகக் கண்காணிப்பார்கள்.

உங்கள் மணிக்கட்டு முன்பு இருந்ததை விட இறுக்கமாகவும் பலவீனமாகவும் இருப்பதை நீங்கள் கவனிக்கலாம். இது மணிக்கட்டில் உள்ள இரண்டு சிறிய எலும்புகளுக்கு இடையில் கிழிந்த இழைகளுக்கு இந்த செயல்முறை செய்யப்படும்போது பொதுவானது. மூட்டு அமைப்பு மாறுகிறது, இது மணிக்கட்டுக்கு குறைந்த நெகிழ்வுத்தன்மையை ஏற்படுத்தும்.

சில நேரங்களில், உங்கள் மணிக்கட்டின் நடுவில் உள்ள எலும்புகள் காலப்போக்கில் நகர்த்தப்படலாம் அல்லது சரிந்து போகலாம். நீங்கள் வலியை உணரவில்லை என்றாலும் இது நிகழலாம். பின்னர் பரிசோதனை வரை இந்த மாற்றத்தை நீங்கள் கவனிக்காமல் இருக்கலாம். உங்கள் மணிக்கட்டு நிலையானது என்பதை உறுதிப்படுத்த உங்கள் மீட்டி வருகைகளின் போது இதை நாங்கள் கண்காணிக்கிறோம்.

உங்கள் மணிக்கட்டில் சிறிய விரலுக்கு அருகிலுள்ள வலியை நீங்கள் அனுபவிக்கலாம். இது உங்கள் மணிக்கட்டில் உள்ள ஒரு சிறிய எலும்பு மற்ற கட்டமைப்புகளுக்கு எதிராக அழுத்துவதால் ஏற்படலாம். இந்த பகுதியில் ஆழமான வலி அல்லது கூர்மையான வலியை நீங்கள் உணர்ந்தால், அது போகவில்லை என்றால், எங்களுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள். இந்த எலும்பு எரிச்சலை ஏற்படுத்துகிறது என்பதை நாங்கள் சரிபார்க்கலாம்.

உங்கள் மண்டை எலும்பின் ஒரு பகுதியை அகற்றுவது உங்கள் கை வழியாக சக்தியை எவ்வாறு நகர்த்துகிறது என்பதை மாற்றுகிறது. இது மீதமுள்ள மூட்டுகளில் கூடுதல் அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தும். நீங்கள் ஒரு நாற்காலியில் இருந்து தள்ளும்போது அல்லது கனமான தூக்கும் போது நிலையற்ற தன்மை அல்லது அசௌகரியத்தை உணரலாம்.

மற்ற அறுவை சிகிச்சை விருப்பங்களுடன் ஒப்பிடும்போது உங்கள் மணிக்கட்டில் முழு வலிமை அல்லது இயக்கம் வரம்பை மீட்டெடுக்கும் ஆபத்து உள்ளது. உதாரணமாக, சில நோயாளிகள் தங்கள் பிடியின் வலிமை அல்லது மணிக்கட்டை பக்கவாட்டாக நகர்த்துவதற்கான திறன் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்னர் இருந்ததை விட குறைவாக இருப்பதைக் காணலாம். உங்கள் மணிக்கட்டு உங்கள் மற்ற கையைப் போல முழுமையாக வளைக்கவோ அல்லது நிமிர்ந்து நிற்கவோ இல்லை என்பதையும் நீங்கள் கவனிக்கலாம்.

நீங்கள் திடீரென வீக்கம், சிவப்பு அல்லது கடுமையான வலியை உணர்ந்தால், அது ஓய்வில் குணமடையாது, உடனடியாக மருத்துவமனையைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். தொடர்ச்சியான கடினத்தன்மை அல்லது வலி இருந்தால், அதை உங்கள் அடுத்த பரிசோதனையில் கொண்டு வாருங்கள். உங்கள் சிகிச்சையை நாங்கள் சரிசெய்யலாம் அல்லது மேலும் விசாரிக்கலாம்.

இந்த பக்கத்தில் உள்ள சிக்கல்கள் அட்டவணை வழக்கமான விகிதங்களை பட்டியலிடுகிறது நீங்கள் விவரங்களை விரும்பினால்.

எப்போது எங்களை அழைக்க வேண்டும்

காய்ச்சல், அதிகரிக்கும் காய்ச்சல் அல்லது வெளியேற்றம், அல்லது திடீரென கடுமையான வலி இருந்தால் எங்களை அழைக்கவும். நீங்கள் கன்றுக்குட்டி வீக்கம், மூச்சுத் திணறல், உணர்வு இழப்பு அல்லது உங்கள் கையை நகர்த்த முடியாமை ஆகியவற்றை கவனித்தால் அவசரநிலைக்குச் செல்லுங்கள். எந்தவொரு சிக்கல்களையும் ஆரம்பத்தில் கண்டுபிடிக்க விரும்புகிறோம். உங்கள் மீட்பு எங்கள் முன்னுரிமை. இந்த அறிகுறிகள் தோன்றினால் தயவுசெய்து காத்திருக்க வேண்டாம். ஆலோசனைக்காக உடனடியாக எங்கள் கிளினிக்கைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.