

ٹخنے کا فیوژن (Ankle arthrodesis)

اس صفحے کا ترجمہ مشین سے کیا گیا ہے اور ابھی تک کسی ڈاکٹر نے اس کی جانچ نہیں کی۔ انگریزی نسخہ ہی مستند ہے۔

صحت یابی ایک نظر میں۔ 25 شائع شدہ تحقیقات سے یکجا کیا گیا۔ آپ کی اپنی رفتار مختلف ہوگی۔

حتی نتیجے کا ٹھہراؤ
درد اور طاقت

ہلکی ڈیوٹی
ڈیسک کا کام،
ڈرائیونگ، روزمرہ کے
کام

زیادہ تر روزمرہ کی
سرگرمیاں
جسمانی مشقت والا
کام، کھیل، جسم

months 4

ہڈی کے اندر ڈالی جانے والی لمبی کیل (intramedullary nail) کے ساتھ ٹخنے اور ایڑی کے جوڑوں کو اکٹھا جوڑنے والے آپریشن (tibiototalcaneal arthrodesis) میں ہڈیوں کے جڑنے کا وقت تقریباً 16 ہفتے ہے۔

یہ آپریشن کیوں تجویز کیا گیا ہے

ٹخنے کا فیوژن (دو ہڈیوں کو جوڑ کر ایک کر دینا)، جسے ٹخنے کی آرٹھروڈیسس (ankle arthrodesis) بھی کہتے ہیں، ٹخنے کی ہڈیوں کو آپس میں جوڑ دیتا ہے تاکہ وہ اب ہلکے دوسرے سے رگڑ نہ کھائیں۔ ہم عام طور پر یہ ان لوگوں کے لیے تجویز کرتے ہیں جنہیں ٹخنے میں درمیانے سے شدید درجے کا جوڑ کے ٹھسنے والا آرٹھرائٹس (osteoarthritis) ہو، یا ایسا آرٹھرائٹس (جوڑ کی خرابی اور سوزش) جو کسی چوٹ کے بعد ہوا ہو، اور جہاں درد اور اکڑاؤ روزمرہ زندگی کو محدود کر رہے ہوں۔

اس آپریشن کا مقصد اس درد سے نجات ہے جو آپ کو معذور کر رہا ہے، ساتھ میں بہتر کارکردگی اور ایک مستحکم ٹخنہ۔ جب احتیاط سے منتخب کیے گئے مریضوں میں اچھی تکنیک استعمال کی جائے تو فیوژن اس قسم کے درد کو قابل بھروسہ طریقے سے کم کرتا ہے۔ جدید تکنیکوں کے ساتھ، عام اور بغیر پیچیدگی کے کیسوں میں 90 فیصد سے بہتر فیوژن کی شرح کی توقع کی جاتی ہے۔ فیوژن آپ کے لیے بہتر ہے یا ٹخنے کی تبدیلی، یہ فیصلہ ہم آپ کے ساتھ مل کر کریں گے، آپ کے جوڑوں، آپ کی صحت اور اس بنیاد پر کہ آپ اپنے ٹخنے سے کیا کام لینا چاہتے ہیں۔

آپریشن سے پہلے

جب آپ اور آپ کے سرجن فیوژن پر متفق ہو جائیں، تو چند آسان تیاریاں اس دن کو آسانی سے گزارنے میں مدد دیتی ہیں۔ آپ کو ایکس رے، اور بھی بھی ایمر آر آئی یا الٹراساؤنڈ جیسے اسکین کی ضرورت ہوگی تاکہ آپ کے ٹخنے کا منصوبہ تیار کیا جاسکے۔ سرجری سے سات

گھنٹے پہلے کچھ نہ کھائیں اور نہ پیئیں۔ ہم عام چھ کے بجائے سات گھنٹے اس لیے کہتے ہیں تاکہ اگر آپریشن کی فہرست وقت سے پہلے چل رہی ہو تو آپ کا آپریشن پہلے کیا جاسکے۔ آپ کے سرجن آپ کو بتائیں گے کہ آپ اپنی باقاعدہ دواؤں میں سے کون سی اور کب بند کریں، اور جو کچھ بھی آپ لیتے ہیں اس کی لکھی ہوئی فہرست ساتھ لانا مددگار ہوتا ہے۔ بعد میں آپ کو گاڑی میں بٹھائے جانے کے لیے کسی کا بندوبست کریں، اور ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔ اگر آپ کو دوسری طبی بیماریاں ہیں تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بے ہوشی کے ڈاکٹر (anaesthetist) سے معائنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

آپریشن کے دن

آپ ہسپتال کے سرجری کے داخلے کے شعبے میں پہنچیں گے، جہاں آپ کا اندراج ہوتا ہے اور آپ کو آپریشن تھیٹر کے لیے تیار کیا جاتا ہے۔ آپ بے ہوشی کے ڈاکٹر سے ملیں گے، جو آپ کے ساتھ آپ کی صحت اور آپ کی دواؤں کا جائزہ لیں گے۔ یہ آپریشن جنرل اینسٹھیسیا (مکمل بے ہوشی) میں کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد میں آرام کے لیے بھی کچھ دواؤں کے ساتھ میں اعصابی بلاک (nerve block)، یعنی ایک انجکشن جو جسم کے ایک حصے کو سن کر دیتا ہے، بھی لگایا جاتا ہے؛ بے ہوشی کے ڈاکٹر اس دن آپ سے اس پر بات کریں گے۔

پھر آپ کو آپریشن تھیٹر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔ اس کے بعد آپ ریکوری روم میں ہوش میں آتے ہیں، جہاں جب تک بے ہوشی کی دوا کا اثر ختم ہوتا ہے نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں۔ جب آپ کی حالت مستحکم ہو جائے تو آپریشن کی قسم اور آپ کی صحت یابی کے لحاظ سے آپ یا تو وارڈ میں جاتے ہیں یا گھر چلے جاتے ہیں۔

آپریشن میں کیا کیا جاتا ہے

ٹخنے کا فیوژن آپ کے ٹخنے کی ہڈیوں کو ہمیشہ کے لیے آپس میں جوڑ دیتا ہے۔ آپ کے سرجن جوڑ کی سطحوں سے باقی رہ جانے والا چکنا کار ٹلیج (cartilage)، یعنی جوڑ میں ہڈیوں کے سروں پر چکنی، لچکدار تہ، ہٹا دیتے ہیں تاکہ ہڈیاں بڑھ کر ایک ٹھوس ٹلڈا بن سکیں۔ جب تک ہڈیاں آپس میں جڑ کر ٹھیک ہوتی ہیں، پیچ ہر چیز کو اپنی جگہ پر تھامے رکھتے ہیں۔

آپریشن دو طریقوں سے کیا جاسکتا ہے۔ دور بین کے ذریعے آپریشن (keyhole) میں آپ کے سرجن دو یا تین چھوٹے چیلوں کے ذریعے کام کرتے ہیں، جن میں سے ہر ایک تقریباً 1 سینٹی میٹر کا ہوتا ہے، اور ایک پتلا کیرا اور چھوٹے اوزار استعمال کرتے ہیں۔ کھلی سرجری میں آپ کے سرجن جوڑ تک براہ راست پہنچنے کے لیے ٹخنے کے اوپر ایک بڑا چیرا لگاتے ہیں۔ دونوں طریقوں کا مقصد ایک ہی نتیجہ ہے: جوڑ کی ٹھیک ہونی سطحوں صاف کر دی جاتی ہیں اور پیچ لگانے سے پہلے ہڈیوں کو مضبوطی سے ایک دوسرے کے ساتھ دبایا جاتا ہے۔

آپ کے سرجن وہ طریقہ چنیں گے جو آپ کے ٹخنے کے لیے موزوں ہو۔ چھوٹے چیلوں والا (keyhole) آپریشن عموماً ان ٹخنوں کے لیے موزوں ہوتا ہے جن میں ٹیڑھا پن بہت کم ہو یا بالکل نہ ہو، جبکہ زیادہ بگڑی ہوئی شغل والے یا ٹیڑھے ٹخنوں کو کھلے طریقے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ کبھی کبھی مزید استحکام کے لیے پیچوں کے ساتھ ایک چھوٹی پلیٹ بھی لگائی جاتی ہے۔ پھر چیلوں کو ٹانگوں سے بند کر کے زخم کی پٹی سے ڈھانپ دیا جاتا ہے۔

جب آپ ہوش میں آئیں گے تو آپ کا ٹخنہ پلستریا حفاظتی بوٹ میں ہوگا، جو ہڈیوں کے جڑنے تک ہر چیز کو بے حرکت رکھتا ہے۔

آپریشن کے بعد

آپ ریکوری روم میں ہوش میں آئیں گے، جہاں جب تک بے ہوشی کی دوا کا اثر ختم ہوتا ہے نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں۔ آپ کا ٹخنہ پلستریا حفاظتی بوٹ میں ہوگا، اور نرسیں درد کش دوا سے آپ کو آرام میں رکھیں گی۔ پہلے ایک دو دن ٹخنے کے ارد گرد پھر درد کی توقع رکھیں۔ گھر پہنچنے کے بعد پہلے 24 گھنٹے کسی کو آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ ہم زخم کی پٹی تقریباً 10 دن تک لگی رہنے دیتے ہیں؛ براہ کرم اس سے پہلے اسے نہ اتاریں، سوائے اس کے کہ ہم آپ کو کہیں۔ جب ہم آپ کو دیکھتے ہیں تو ہم اسے بدلتے یا اتار دیتے ہیں۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات ہسپتال میں رہیں گے۔

صحت یابی

پہلے دنوں اور ہفتوں میں اپنے ٹخنہ کے ارد گرد درد اور سوجن کی توقع رکھیں۔ یہ زخم بھرنے کا ایک عام حصہ ہے۔ پاؤں کو دل کی سطح سے اوپر اٹھا کر آرام کرنے سے سوجن کم ہوتی ہے، اور ہدایت کے مطابق لی گئی درد کش دوا آپ کو آرام میں رکھتی ہے۔ جیسے جیسے ٹخنہ پر سکون ہوتا ہے، تکلیف عموماً آہستہ آہستہ کم ہو جاتی ہے۔

آپ پلستریا حفاظتی بوٹ میں گھر جائیں گے، جو تب تک لگا رہے گا جب تک ہم کچھ اور نہ کہیں۔ ہم زخم کی پٹی تقریباً 10 دن تک لگی رہنے دیتے ہیں اور جب آپ کو دیکھتے ہیں تو اسے بدلتے یا اتار دیتے ہیں۔ شروع کے کچھ عرصے آپ کو پاؤں پر وزن نہیں ڈالنا ہوگا، اور گھر میں چلنے پھرنے کے لیے یسا تھیں یا واکر کا استعمال کرنا ہوگا۔ آپ کے فزیوتھراپسٹ ٹانگ کے باقی حصے کو مضبوط اور خون کی گردش کو جاری رکھنے کی ورزشوں میں آپ کی رہنمائی کریں گے، اور آپ کو دکھائیں گے کہ سیڑھیوں پر اور گھر میں محفوظ طریقے سے کیسے حرکت کریں۔ شروع میں پاؤں اونچا رکھ کر کمر کے بل سونا اکثر زیادہ آرام دہ ہوتا ہے۔

ہڈیاں آہستہ آہستہ آپس میں جڑتی ہیں، اس لیے صبر ضروری ہے۔ جب ہم تصدیق کر لیں گے کہ فیوژن جڑ گیا ہے، تو ہم آپ کو پاؤں پر وزن ڈالنا شروع کرنے کی اجازت دیں گے، پہلے بوٹ میں اور پھر عام جوتوں میں۔ جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے اور آپ کا اعتماد واپس آتا ہے، آپ ہر دن زیادہ چلیں گے اور روزمرہ کی سرگرمیاں دوبارہ شروع کریں گے۔ جب آپ کے اپنے سرجن آپ کو گاڑی چلانے کی اجازت دیں تو یہ اصول لاگو ہوتے ہیں: جب تک آپریشن والے ٹخنے پر پلستر، بوٹ یا ریس لگا ہوا یا اس پر وزن نہ ڈالا جا رہا ہو، گاڑی نہ چلائیں، اور صرف تب چلائیں جب آپ تیز درد کش دوائیں لینا چھوڑ چکے ہوں اور بغیر پچکچاہٹ کے اپنا پاؤں پیڈلوں کے درمیان حرکت دے سکیں اور زور سے بریک لگا سکیں۔ بوٹ لگا ہونا کوئی استثنا نہیں، اور صرف پلستریا بوٹ اتر جانا بذات خود گاڑی چلانے کی اجازت نہیں ہے۔ یہ بات اہم ہے کہ کون سے ٹخنے کا فیوژن ہوا ہے، اور یہ بھی کہ گاڑی آٹومیٹک ہے یا مینول: آٹومیٹک گاڑی میں بریک دیاں پاؤں لگاتا ہے، جبکہ مینول گاڑی میں بایاں پاؤں چمچ چلاتا ہے۔

صحت یابی ہر شخص میں مختلف ہوتی ہے۔ آپ کا وقت مختلف ہو سکتا ہے، اور ہم ہر مرحلے پر آپ کی رہنمائی کریں گے۔

کیا مسائل پیدا ہو سکتے ہیں

زیادہ تر مریض ٹھیک رہتے ہیں، لیکن کبھی کبھار مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ آپ کے سرجن اور ٹیم آپ پر قریب سے نظر رکھتے ہیں تاکہ کوئی بھی مسئلہ جلد پکڑا جا سکے۔

ٹخنے کے فیوژن کے بعد جس بنیادی چیز پر ہم نظر رکھتے ہیں وہ ہڈیوں کا آپس میں نہ جڑنا ہے۔ آپ ٹخنے میں گہرا، دکھن والا درد محسوس کر سکتے ہیں جو اس طرح کم نہیں ہوتا جیسی آپ کو توقع تھی، یا یہ احساس کہ وزن ڈالنے پر جوڑ ڈھیلا ہے یا اپنی جگہ سے سرک رہا ہے۔ اگر صحت یابی کے ساتھ ساتھ درد کم نہیں ہو رہا تو اپنے اگلے معائنے پر ہمیں بتائیں تاکہ ہم دیکھ سکیں کہ ہڈیاں کیسے جڑ رہی ہیں۔

کچھ طبی حالتیں اس کا امکان بڑھا دیتی ہیں، جن میں ذیابیطس (شوگر)، پاؤں کے اعصاب کے مسائل، ہڈی کو خون کی کم فراہمی، اور تمباکو نوشی یا زیادہ شراب نوشی شامل ہیں۔ اگر ان میں سے کوئی آپ پر لاگو ہوتی ہے تو ہم سرجری سے پہلے اس پر بات کریں گے اور بعد میں آپ کے زخم بھرنے پر زیادہ قریب سے نظر رکھیں گے۔

فیوژن والے ٹخنے کے ساتھ والے جوڑوں میں بھی وقت کے ساتھ زیادہ گھسنے والا آرتھرائٹس ہو سکتا ہے۔ یہ عام طور پر فیوژن جڑ جانے کے برسوں بعد پاؤں کے درمیانی حصے میں یا پاؤں کے اوپر نئے اکڑاؤ یا دھن کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ اس طرح کے کسی بھی نئے درد کا ذکر اپنے معائنے کی ملاقاتوں پر کریں تاکہ ہم اس کا جائزہ لے سکیں۔

انفیکشن ہر آپریشن کا ایک خطرہ ہے۔ اپنے زخم کے ارد گرد زخم کی پٹی سے باہر کی طرف پھیلتی ہوئی سرخی، گرمائش، بڑھتی ہوئی سوجن، رسنے، یا بخار پر نظر رکھیں۔ زخم کے مسئلے کا مطلب یہ بھی ہو سکتا ہے کہ چیرے کے کنارے دیر سے ٹھیک ہو رہے ہوں یا ان سے تھوڑا سا پانی رس رہا ہو۔ اگر آپ ان میں سے کوئی علامت دیکھیں تو اپنی اگلی ملاقات کا انتظار کرنے کے بجائے فوراً کلینک سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کی عمومی طبیعت خراب ہو جائے، پھیلتی ہوئی سرخی، بخار یا تیزی سے بڑھتے ہوئے درد کے ساتھ، تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

اگر آپ تفصیلات جاننا چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کا جدول عام شرحیں دکھاتا ہے۔

ہمیں کب فون کریں

زیادہ تر صحت یابیاں آرام سے ہو جاتی ہیں، لیکن کچھ علامات پر فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ کو بخار ہو، زخم کے ارد گرد بڑھتی ہوئی سرخی یا رطوبت کا اخراج ہو، یا ایسا درد ہو جو کم ہونے کے بجائے بڑھتا ہی جائے تو ہمیں فون کریں۔ اگر آپ کو اچانک شدید درد، پنڈلی میں سوجن، سانس پھولنا، یا سینے میں درد ہو تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ یہ خون کے لو تھڑے کی نشاندہی کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کا پاؤں یا پاؤں کی انگلیاں سن محسوس ہوں، سفید پڑ جائیں یا نیلی نظر آئیں، یا آپ انہیں حرکت نہ دے سکیں تو فوراً ہمیں فون کریں۔ شک ہو تو ہمیں فون کریں۔ ہم آپ سے جلدی سننا زیادہ پسند کریں گے۔

ٹخنے کا فیوژن (Ankle arthrodesis)

شائع شدہ طبی تحقیق سے ہیپیڈگیماں کی شرح

25 شائع شدہ تحقیقات سے یکجا کیا گیا۔ یہ آبادی کی سطح کی شرحیں ہیں، آپ کا انفرادی خطرہ نہیں۔ آپ پر کیا لاگو ہوتا ہے، اس پر آپ کا سرجن آپ سے بات کرے گا۔

نوٹ	ہیپیڈگیماں کی شرح	رپورٹ شدہ شرح
دوسری بیماریوں (ذیابیطس، اعصاب کی خرابی یعنی neuropathy) یا تمباکو نوشی کی تاریخ والے زیادہ خطرے کے مریضوں میں یہ شرح 40 فیصد تک پہنچ سکتی ہے۔	up to 40	ہڈیوں کا نہ جڑنا (nonunion)
1262 کیسوں کے ایک منظم جائزے (systematic review) میں ٹخنے کے فیوژن کے بعد انفیکشن کی شرح 5 فیصد سے کم تھی۔	5% >	انفیکشن (گہرا)
ایک منظم جائزے میں ٹخنے کے فیوژن کے بعد دوبارہ آپریشن کی شرح 10 فیصد سے کم تھی۔	10% >	دوبارہ آپریشن (revision)
ساتھ والے سب ٹیلر (subtalar) جوڑ (40 فیصد) اور ٹیلو نیوی کیولر (talonavicular) جوڑ (34 فیصد) میں آرٹھرائٹس کی تبدیلیوں کا بڑھنا 6.5 سال پر رپورٹ کیا گیا۔	34-40%	ساتھ والے جوڑ میں آرٹھرائٹس
ملنے جلتے مریضوں کے گروپوں کا موازنہ کرنے والی ایک تحقیق (matched cohort study) میں ٹخنے کے فیوژن کے بعد ہیپیڈگیماں کی شرح 26 فیصد تھی۔	26%	ہیپیڈگیماں کی مجموعی شرح
دوسرے طریقوں کے مقابلے میں پیچھے کی طرف سے بلیڈ پلیٹ (blade plate) لگا کر ایڑی والے حصے کے فیوژن میں ہڈیوں کے دیر سے جڑنے کا تناسب زیادہ رپورٹ ہوا۔	—	ہڈیوں کا دیر سے جڑنا (delayed union)
زخم کی ہیپیڈگیماں ایک رپورٹ شدہ مسئلہ ہیں، خاص طور پر آرٹھروسکوپک والے طریقوں کے مقابلے میں کھلے آپریشن میں۔	—	زخم کی ہیپیڈگیماں
لگائے گئے پیچ یا پلیٹ نکالنا ایک ممکنہ ہیپیڈگیماں ہے، البتہ موٹاپا کم کرنے کی سرجری (bariatric surgery) کی تاریخ اس کی نمایاں پیش گوئی نہیں کرتی۔	—	لگائے گئے پیچ یا پلیٹ نکالنا (instrumentation removal)

میں نے یہ معلومات پڑھ لی ہیں اور مجھے ڈاکٹر ہیرا سے اس طریقہ کار، اس کے بعد متوقع صحت یابی، اور اوپر درج پیچیدگیوں کے بارے میں سوالات پوچھنے کا موقع ملا ہے۔

تاریخ

دستخط

مریض - نام (صاف حروف میں)