



کہنی کی نوک کا فریکچر (Olecranon Fracture)

کہنی کی نوک کا فریکچر (olecranon fracture) کہنی کی ہڈی والی نوک کا ٹوٹنا ہے، جو اکثر کہنی کی نوک کے بل کرنے کے بعد ہوتا ہے۔

4.0 © ① © Kieran Hirpara

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۔

آپ کو کیا محسوس ہوتا ہے

کہنی کی نوک کا فریکچر (olecranon fracture) آپ کی کہنی کے پچھلے حصے میں ہڈی والی نوک کا ٹوٹنا ہے۔ یہ عام طور پر دوپیس سے کسی ایک طریقے سے ہوتا ہے۔ کم عمر لوگوں میں یہ عموماً زور سے کرنے یا کہنی پر براہ راست ضرب لگنے کے بعد ہوتا ہے۔ بڑی عمر کے لوگوں میں یہ اکثر کھڑے کھڑے معمولی طور پر گر جانے سے ہوتا ہے۔ بازو کا اچانک اور زوردار طریقے سے سیدھا ہونا بھی کہنی کی نوک سے ہڈی کا ایک ٹکڑا پیچ کر الگ کر سکتا ہے۔

عام طور پر آپ کو درد بالکل کہنی کے پچھلے حصے میں محسوس ہوگا، اور یہ پورے حصے کے بجائے ایک ہی جگہ پر دکھتا ہے۔ کہنی کے پچھلے حصے پر سوجن عام ہے اور کافی زیادہ ہو سکتی ہے۔ چونکہ ہڈی کی نوک جلد کے بالکل نیچے ہوتی ہے، اس لیے بھی آپ جلد کے اوپر سے ٹوٹی ہوئی جگہ کا کنارہ محسوس کر سکتے ہیں۔ اگر کرنے سے جلد پھٹ گئی ہو، تو زخم عام طور پر کہنی کے پچھلے حصے پر ہوتا ہے جہاں وہ زمین سے ٹکرانی تھی۔ بازو کو استعمال کرنا مشکل ہو سکتا ہے، اور اسے کسی چیز کے خلاف سیدھا کرنا، جیسے کرسی سے زور لگا کر اٹھنا، کمزور یا ناممکن محسوس ہو سکتا ہے۔

پہلے چند دنوں میں، کہنی کو حرکت دینے کی کوشش پر درد اکثر بڑھ جاتا ہے، اور یہ آپ کی نیند خراب کر سکتا ہے۔ روزمرہ کے وہ کام جن میں کہنی مڑتی ہے یا اس پر بوجھ پڑتا ہے، جیسے کیتلی اٹھانا، کپڑے پہننا، یا بازو کے نچلے حصے (forearm) پر ٹیک لگانا، عام طور پر تکلیف دیں گے۔ سوجن اور نیل پہلے ایک دو ہفتوں میں کم ہو جاتے ہیں، اور ہڈی کے جڑنا شروع ہونے کے ساتھ درد آہستہ آہستہ کم ہوتا جاتا ہے۔

کچھ صورتوں میں فوری طبی دیکھ بھال ضروری ہے۔ اگر کہنی کے اوپر کی جلد پھٹ گئی ہو، ہڈی باہر نظر آرہی ہو، یا بازو واضح طور پر اپنی شکل سے ہٹا ہوا (یڑھا) نظر آئے، تو اسی دن ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ یہی ہدایت اس صورت میں بھی ہے اگر آپ کا ہاتھ یا انگلیاں سفید پڑ جائیں (pale)، ٹھنڈی ہو جائیں، یا سفید یا نیلی ہو جائیں، یا اگر چوٹ کے بعد اچانک بازو میں احساس یا حرکت ختم ہو جائے۔ اگر علامات کم نہ ہو رہی ہوں، ہفتوں کے دوران بڑھ رہی ہوں، یا آپ کو رات کو جگا رہی ہوں، تو اپنے فیملی ڈاکٹر (GP) سے ملیں یا ماہر سے معائنہ کروانے کا کہیں۔ اگر آپ کلینک سے رابطہ نہ کر سکیں، تو اپنے قریبی ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

در اصل کیا ہو رہا ہے

آپ کی کہنی کے پچھلے حصے کی ہڈی والی نوک کو کہنی کی نوک (olecranon) کہتے ہیں۔ یہ بازو کے نچلے حصے کی ایک ہڈی کا اوپری سرا ہے، اور یہ قبضے (hinge) کے ڈھکن کی طرح کام کرتی ہے۔ جب آپ اپنا بازو سیدھا کرتے ہیں، تو یہ ڈھکن بازو کے اوپری حصے کی ہڈی کے سرے پر بنی ایک نالی میں پھسلتا ہے۔ یہ فریکچر اس لیے اہم ہے کہ اس ہڈی سے کیا جڑا ہوا ہے: بازو کے اوپری حصے کے پیچھے والے پٹھے، ٹرائسپس (triceps)، کا ٹینڈن (tendon)، یعنی وہ مضبوط ڈوری جو پٹھے کو ہڈی سے جوڑتی ہے، بالکل اسی جگہ ہڈی سے بندھا ہوتا ہے۔ یہی ٹینڈن آپ کو بوجھ کے خلاف کہنی سیدھی کرنے کے قابل بناتا ہے۔

اسے ایک ایسے دروازے کی طرح سمجھیں جسے ایک مضبوط اسپرنگ کھینچ کر بند رکھتا ہے۔ کہنی کی نوک وہ کنڈا ہے جس سے یہ اسپرنگ بندھا ہوا ہے۔ جب ہڈی ٹوٹتی ہے تو اسپرنگ کھینچتا رہتا ہے، اور ٹوٹے ہوئے ٹکڑے کو اوپر اور دور ہسیٹ لیتا ہے، جس سے جوڑ کی سطح میں خلا رہ جاتا ہے۔ اسی لیے اس وقت آپ کا بازو معمول کے مطابق کام نہیں کر رہا پٹھا اب بھی مضبوط ہے، لیکن وہ بازو کے نچلے حصے کو حرکت دینے کے بجائے ہڈی کے ایک ڈھیلے ٹکڑے کو کھینچ رہا ہے۔ رکاوٹ کے خلاف بازو سیدھا کرنا کمزور یا ناممکن ہو جاتا ہے۔

ہڈی دوبارہ آپس میں جڑ کر ٹھیک ہوتی ہے، اور ہڈی کا ٹوٹا ہوا ٹکڑا، جس سے ٹینڈن جڑا ہوا ہو، ہڈی کے جڑنے کے ساتھ دوبارہ اپنی جگہ جڑ سکتا ہے۔ لیکن اس کے اچھی طرح ہونے کے لیے ٹکڑوں کا صحیح جگہ پر ہونا ضروری ہے۔ جب فریکچر اپنی جگہ سے نہ ہٹا ہو، تو جڑنے کے دوران ٹکڑوں کو بس ساکن رکھا جاسکتا ہے۔ جب ٹکڑے ایک دوسرے سے الگ ہو کر دور کھینچ گئے ہوں، یا جب جوڑ کی سطح کوئی ٹکڑوں میں ٹوٹ گئی ہو، تو کہنی غیر مستحکم ہو سکتی ہے، اور ایسے فریکچرز میں عام طور پر سرجری کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ جڑنے کے دوران ٹکڑوں کو اپنی جگہ پر تھاما جاسکے۔

سرجن ان فریکچرز کا درجہ اس بنیاد پر طے کرتے ہیں کہ ٹکڑے کتنا بڑے ہیں اور کہنی کا جوڑ مستحکم رہتا ہے یا نہیں۔ درجہ ایک کا فریکچر اپنی جگہ سے نہیں ہٹا ہوتا۔ درجہ دو کا فریکچر ہٹ چکا ہوتا ہے لیکن جوڑ پھر بھی کام کرتا ہے۔ درجہ تین کا مطلب ہے کہ کہنی کا جوڑ خود غیر مستحکم ہے۔ ہٹے ہوئے اور غیر مستحکم درجوں میں ہی سب سے زیادہ سرجری کی ضرورت پڑتی ہے۔

ان میں سے زیادہ تر فریکچر اچھی طرح جڑ جاتے ہیں، اور کہنی کے پوری طرح سیدھا ہونے میں تھوڑی سی کمی رہ جانا عام ہے۔

ہم اس کے لیے کیا کر سکتے ہیں

ڈاکٹر کیرن ہیرپرا، جو Mater Private Hospital Rockhampton میں بازو اور ہاتھ کے سرجن (upper-limb surgeon) ہیں، علاج کو آپ کی مخصوص چوٹ کے مطابق جتنے ہیں۔ ان میں سے کچھ فریکچر آپریشن کے بغیر جڑ جاتے ہیں، اور کچھ کو چوٹ کے کچھ ہی عرصے بعد سرجری کی ضرورت ہوتی ہے، اس لیے بروقت معائنہ اہم ہے۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے فیملی ڈاکٹر (GP) ہمارے کلینک بھیجتے ہیں؛ اگر کسی فزیشنر اپسٹ نے آپ کو ہمیں دکھانے کا مشورہ دیا ہے، تب بھی میڈیکلر (Medicare) کی رقم کی واپسی کا حقدار ہونے کے لیے آپ کو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ریفرل (referral) لینا ہوگا۔ کلینک میں ہم آپ کی تفصیلات لیتے ہیں، آپ کے بازو کا معائنہ کرتے ہیں، اور جہاں ضرورت ہو، تصویری ٹیسٹ (imaging) کا انتظام کرتے ہیں۔

اگر فریکچر اپنی جگہ سے نہ ہٹا ہو، یا صرف تھوڑا سا ہٹا ہو، اور آپ کی کہنی مستحکم ہو، تو ہم یہ تجویز کر سکتے ہیں کہ جڑنے کے دوران اسے ساکن رکھا جائے۔ اس کا مطلب ہے کچھ عرصے کے لیے اسپلنٹ یا پلستر، اور بار بار ایکس رے کے ذریعے جانچ تاکہ یقینی بنایا جاسکے کہ ٹکڑے اپنی جگہ پر ہیں۔ یہ طریقہ بڑی عمر کے مریضوں میں، اور ان لوگوں میں عام ہے جن کا بازو بھاری کام کے بجائے روزمرہ کے کاموں کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ اس سے آپریشن اور اس کے ساتھ آنے والے خطرات سے بچا جاسکتا ہے۔ اس کی قیمت یہ ہے کہ آخر میں کہنی شاید پوری طرح سیدھی نہ ہو سکے، اور کچھ لوگوں کے لیے یہ قبول کرنا مشکل ہوتا ہے۔ حرکت آپ کے ہینڈ تھراپسٹ (ہاتھ کی بحالی کے ماہر) کے ساتھ مرحلہ وار واپس لائی جاتی ہے، جو آپ کے لیے ضرورت کا کوئی بھی اسپلنٹ بھی بنائیں گے۔

اگر ٹکڑے ایک دوسرے سے صحیح الگ ہو کر دور کھینچ گئے ہوں، یا کہنی کا جوڑ غیر مستحکم ہو، تو ہم عام طور پر شروع سے ہی سرجری کی تجویز دیں گے۔ اس کا مقصد ٹکڑوں کو صحیح جگہ پر تھامنا ہے تاکہ ہڈی جڑ سکے اور آپ جلد حرکت شروع کر سکیں۔ ہڈی کو کیسے تھاما جائے، اس کا انتخاب فریکچر کی بناوٹ پر منحصر ہے، اور کوئی ایک طریقہ ہر فریکچر کے لیے موزوں نہیں۔ کبھی کبھی دونوں راستے واقعی کھلے ہوتے ہیں، مثلاً

کسی بڑی عمر کے مریض میں جس کا فریکچر اپنی جگہ سے ہٹ گیا ہو۔ ہم آپ کے ساتھ مل کر بات کریں گے کہ آپ کے لیے کیا اہم ہے: آپ لگتا درد برداشت کرنے کو تیار ہیں، اور کیا کہنی کے سیدھا ہونے کی آخری چند ڈگریوں کا نہ ہونا آپ کو پریشان کرے گا۔

آپ جو بھی راستہ اختیار کریں، پہلے ہفتے ملتے جلتے ہوتے ہیں۔ سو جن کم ہونے تک درد کی دوا آپ کو آرام میں رکھتی ہے۔ بڑی جڑنے کے دوران چوٹ کو حفاظت کی ضرورت ہوتی ہے، اور ہم آپ کو بتائیں گے کہ آپ بازو سے کیا کر سکتے ہیں اور کیا نہیں۔ آپ کے ہینڈ تھراپسٹ صحیح مرحلے پر آپ کی حرکت کی رہنمائی کریں گے، شروع میں نرمی سے، اور بڑی جڑنے کے ساتھ ساتھ اسے بتدریج بڑھاتے ہوئے۔ ان میں سے زیادہ تر فریکچر اچھی طرح جڑ جاتے ہیں، اور کہنی کے پوری طرح سیدھا ہونے میں تھوڑی سی کمی رہ جانا عام ہے۔ کہنی کے پچھلے حصے میں جلد کے بالکل نیچے موجود دھاتی پرزے تکلیف دہ ہو سکتے ہیں، اور کچھ لوگوں کو بعد میں انہیں نکالنے کے لیے ایک پھوٹے آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے۔

کیا توقع رکھیں

ان میں سے زیادہ تر فریکچر اچھی طرح جڑ جاتے ہیں۔ کہنی کے پوری طرح سیدھا ہونے میں تھوڑی سی کمی عام ہے، اور زیادہ تر لوگ اپنے بازو کو اچھی طرح استعمال کر پاتے ہیں۔ پیچیدہ فریکچرز کی سرجری کے بعد طویل مدتی نتائج اچھے ہیں، چاہے بعد کے ایکس رے پر جوڑ میں کچھ گھساؤ والا آر تھرائس (wear-and-tear arthritis) نظر آئے۔

اگر آپ کے فریکچر کو اسپلنٹ یا پلستر میں ساکن رکھا جائے، تو بڑی دنوں میں نہیں بلکہ ہفتوں میں جڑتی ہے۔ آپ کے بار بار ایکس رے ہوں گے تاکہ یقینی بنایا جاسکے کہ ٹکڑے اپنی جگہ پر رہیں۔ یہ طریقہ بڑی عمر کے مریضوں اور ان لوگوں کے لیے موزوں ہے جن کا بازو بھاری کام کے بجائے روزمرہ کے کام کرتا ہے۔ اس گروپ میں قلیل مدتی اور طویل مدتی، دونوں لحاظ سے نتائج تسلی بخش ہیں۔ اس کی قیمت یہ ہے کہ آخر میں کہنی شاید پوری طرح سیدھی نہ ہو سکے۔

اگر آپ کی سرجری ہو، تو بڑی جڑنے کے دوران اسے دھات کے ذریعے اپنی جگہ پر تھاما جاتا ہے۔ حرکت جلد شروع ہوتی ہے اور آپ کے ہینڈ تھراپسٹ کے ساتھ مرحلہ وار بڑھتی ہے۔ اس چوٹ کے بعد، آپ جو بھی راستہ اختیار کریں، کہنی کے پوری طرح سیدھا ہونے میں کچھ کمی متوقع ہے۔ اپنی جگہ سے ہٹے ہوئے فریکچر کی سرجری کروانے والے لوگوں کے ایک طویل مدتی جائزے میں، 96 فیصد کے نتائج چوٹ کے 25 سال بعد تک اچھے یا بہترین رہے۔

صحت یابی اپنے معمول کے کاموں کی طرف بتدریج واپسی سے پہلے ہلکے روزمرہ کام واپس آتے ہیں، پھر جیسے جیسے بڑی مضبوط ہوتی ہے، وزن اٹھانا اور زیادہ بھاری استعمال۔ آپ کتنی جلدی گاڑی چلا سکتے ہیں، کام کر سکتے ہیں یا پھیل سکتے ہیں، یہ آپ کے کام، آپ کے بازو اور بڑی کے جڑنے پر منحصر ہے، اور ہم ہر مرحلے پر آپ کی رہنمائی کریں گے۔

یہ جاننا مفید ہے کہ کیا مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ دھاتی پرزے کہنی کے پچھلے حصے میں جلد کے بالکل نیچے ہوتے ہیں، اور یہ اتنے تکلیف دہ ہو سکتے ہیں کہ کچھ لوگ بعد میں انہیں نکلوانے کا انتخاب کرتے ہیں۔ اس سرجری کے بعد یہ بار بار سامنے آنے والا مسئلہ ہے۔ دوسرے مسائل، جیسے بڑی کا غلط پوزیشن میں جڑ جانا یا کہنی کا اکڑا رہنا، کم عام ہیں۔ اگر آپ کی علامات کم نہ ہو رہی ہوں، ہفتوں کے دوران بڑھ رہی ہوں، یا آپ کو رات کو جگا رہی ہوں، تو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ملیں یا ماہر سے معائنہ کروانے کا کہیں۔ اگر آپ کلینک سے رابطہ نہ کر سکیں، تو اپنے قریبی ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

ڈاکٹر کو کب دکھائیں

اگر آپ کی کہنی واضح طور پر اپنی شکل سے ہٹی ہوئی نظر آئے، چوٹ کے اوپر جلد پھٹی ہوئی ہو، یا آپ کا ہاتھ یا انگلیاں سفید پڑ جائیں، ٹھنڈی ہو جائیں، یا سفید یا نیلی ہو جائیں، تو فوری طبی مدد حاصل کریں۔ چوٹ کے بعد بازو میں اچانک احساس یا حرکت ختم ہو جانے کی صورت میں بھی اسی دن ہسپتال کی ایمرجنسی جانا ضروری ہے۔ ان علامات کا مطلب ہے کہ چوٹ کو فوراً دیکھنے کی ضرورت ہے۔

باقی تمام صورتوں میں، اپنے فیملی ڈاکٹر سے آغاز کریں۔ وہ آپ کے بازو کا معائنہ کر سکتے ہیں اور ایکسرے کروا سکتے ہیں، جو عام طور پر اس قسم کے فریکچر کو دکھانے کے لیے کافی ہوتے ہیں۔ اگر آپ کے فیملی ڈاکٹر کو لگے کہ کسی ماہر کو علاج سنبھالنا چاہیے، تو وہ آپ کو معائنے کے لیے ریفر کریں گے۔

دوبارہ دکھائیں، یا ماہر سے معائنہ کروانے کا کہیں، اگر درد کم نہ ہو رہا ہو، یا ہڈی جڑنے کے دوران آپ کے بازو کی سوجن، حرکت یا استعمال میں ہفتہ بہ ہفتہ بہتری نہ آرہی ہو۔ وہ علامات جو ہفتوں کے دوران بڑھ رہی ہوں، آپ کو رات کو جگا رہی ہوں، یا آپ کو کام کرنے یا بازو استعمال کرنے سے روک رہی ہوں، ان کا بھی دوبارہ معائنہ ہونا چاہیے۔ اگر آپ کلینک سے رابطہ نہ کر سکیں، تو اپنے قریبی ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔