



انگلی کے سرے کی چوٹیں

میلڈ فنکٹر (انگلی کا سرائچے لٹک جانا): انگلی کا سرائچے اس لیے نیچے لٹک جاتا ہے کہ انگلی کے آخر میں اسے سیدھا کرنے والا ٹینڈن (extensor tendon) پھٹ گیا ہے یا ہڈی کا ایک چھوٹا ٹکڑا ساتھ چپچپ کر الگ کر چکا 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

انگلی کے سرے کی چوٹ میں درد عموماً بالکل انگلی کے آخر میں ہوتا ہے، جہاں جلد، ناخن اور ہڈی ایک دوسرے کے بہت قریب ہوتے ہیں۔ درد اکثر تیز یا دھڑکن کی طرح ٹیس مارنے والا ہوتا ہے، اور جب انگلی کسی چیز سے ٹکراتی ہے، آپ کو کوئی چیز پکڑتے ہیں، یا سرے پر دباؤ ڈالتے ہیں تو یہ عموماً بھڑک اٹھتا ہے۔ ٹائپ کرنا، کپڑوں کے بٹن بند کرنا، سکے اٹھانا اور چابی کھمانا، یہ سب مشکل ہو سکتے ہیں کیونکہ سارا بوجھ انگلی کے سرے پر پڑتا ہے۔

انگلی سن یا کمزور محسوس ہو سکتی ہے، یا دونوں۔ ہو سکتا ہے آپ محسوس کریں کہ سرائچے ڈھنگا سا ہو گیا ہے، یا آپ چیزوں کی سطح کی بناوٹ پہلے کی طرح محسوس نہیں کر پاتے۔ ناخن کے آس پاس سوجن اور چھوٹے پر درد عام ہے، اور خود ناخن کو بھی نقصان پہنچ سکتا ہے۔ شروع کے دنوں میں درد کی وجہ سے اکثر لوگوں کی رات کو آنکھ کھل جاتی ہے، اور ہاتھ استعمال کرنے کے بعد درد زیادہ ہو سکتا ہے۔

کچھ لوگ محسوس کرتے ہیں کہ زخم بھر جانے کے بہت بعد تک بھی ان کی انگلی کا سرائچہ ہڈی پر رد عمل دکھاتا ہے۔ ٹھنڈی ہوا، ٹھنڈا پانی یا سرد دن سرے میں دھن پیدا کر سکتا ہے یا اسے حد سے زیادہ حساس بنا سکتا ہے۔ یہ عموماً وقت کے ساتھ بہتر ہو جاتا ہے۔

اگر انگلی کا کوئی حصہ کٹ گیا ہو تو فوراً ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں اور لٹا ہوا حصہ اپنے ساتھ لے جائیں۔ اسے نم جالی دارپٹی (gauze) یا نم صاف کپڑے میں لپیٹیں، ایک بند پلاسٹک کے تھیلے میں رکھیں، اور اس تھیلے کو برف پر یا برف والے پانی میں رکھیں۔ کٹے ہوئے حصے کو ہرگز براہ راست برف پر نہ رکھیں۔

اگر انگلی گرم، سرخ، سوجی ہوئی اور دردناک ہو جائے، خاص طور پر بخار کے ساتھ، تو اسی دن ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ یہی بات اس صورت میں بھی لاگو ہوتی ہے اگر فریکچر (ہڈی کا ٹوٹنا) یا جوڑے کے اوپر جلد پھٹ گئی ہو، اگر ہڈی نظر آرہی ہو، یا اگر انگلی کی شکل واضح طور پر بگڑی ہوئی دکھائی دے۔ اگر انگلی سفید پڑ جائے، ٹھنڈی ہو جائے، یا اس کا رنگ سفید یا نیلا ہو جائے، یا چوٹ کے بعد اچانک اس میں حس یا حرکت ختم ہو جائے، تو اسے بھی اسی دن ایمرجنسی میں دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔

اگر علامات ٹھیک نہیں ہو رہیں، ہفتوں کے دوران گہرتی جا رہی ہیں، رات کو آپ کو جگا دیتی ہیں، یا آپ کو کام کرنے یا ہاتھ استعمال کرنے سے روکتی ہیں، تو اپنے فیملی ڈاکٹر (GP) سے ملیں یا کسی ماہر ڈاکٹر (specialist) سے معائنے کی درخواست کریں۔

در اصل کیا ہو رہا ہے

انگلی کے سرے کی چوٹ انگلی کے بالکل آخری حصے کو پہنچنے والا نقصان ہے، جہاں جلد، ناخن، ہڈی اور اعصاب کے سرے کے ایک دوسرے کے ساتھ ٹھسے ہوئے ہوتے ہیں۔ انگلی کا سرا ہاتھ کے سب سے زیادہ کام کرنے والے حصوں میں سے ایک ہے۔ یہی وہ سطح ہے جس سے آپ تقریباً ہر چیز کو محسوس کرتے، پکڑتے اور سنبھالتے ہیں، اس لیے وہاں چھوٹی سی چوٹ بھی واضح طور پر محسوس ہوتی ہے۔

ہر انگلی کے سرے میں ہڈی کا ایک چھوٹا ٹکڑا، وہ تہہ جس سے ناخن اگتا ہے (nail bed)، اور اعصاب کا ایک گھنا جال ہوتا ہے جو چھونے اور درجہ حرارت کی خبر دیتا ہے۔ جب کوئی چیز انگلی کے سرے کو چل دے، کاٹ دے یا اسے دبا کر پھنسا لے، تو ان میں سے کسی بھی حصے کو ایک ساتھ نقصان پہنچ سکتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن علامات کے بارے میں آپ نے ابھی پڑھا وہ عموماً ایک ساتھ ظاہر ہوتی ہیں: وہاں درد جہاں سب کچھ ایک دوسرے کے قریب ہے، زخمی اعصاب کی وجہ سے سن پن، اور ناخن کے آس پاس سوجن۔

ناخن کی تہ اپنے چھوٹے سائز سے کہیں زیادہ اہم ہے۔ یہ ناخن کے سخت حصے کے نیچے ٹشو کی ایک پتلی تہ ہے، کچھ ویسی ہی جیسی وہ کیاری جس میں پودا اگتا ہے۔ اگر یہ کٹ جائے اور ناہموار رہ جائے، یا اپنی جگہ سے کھسکی ہوئی ہڈی کے کسی ٹکڑے کے اوپر بھر جائے، تو بعد میں اگنے والا ناخن پھٹا ہوا، ابھری ہوئی لکیروں والا یا مڑا ہوا ہو سکتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جب ناخن کی تہ متاثر ہو تو معمولی نظر آنے والی چوٹ کو بھی سنجیدگی سے لیا جاتا ہے۔

اگر سرا جزوی یا مکمل طور پر کٹ گیا ہو، تو چوٹ میں جلد، ہڈی اور وہ ننھی خون کی نالیاں شامل ہوتی ہیں جو اسے خون پہنچاتی ہیں۔ ہر حصہ کس حد تک متاثر ہے، اسی سے طے ہوتا ہے کہ کیا کیا جا سکتا ہے، ایسی پٹیوں سے لے کر جو انگلی کو اس کے اپنے کناروں سے اندر کی طرف بھرنے دیتی ہیں، کٹے ہوئے حصے کو دوبارہ جوڑنے تک۔ صحیح حالات میں انگلی کے سرے میں خود کو بھرنے کی حقیقی صلاحیت بھی ہوتی ہے، اسی لیے علاج کو اتنا سادہ رکھا جاتا ہے جتنا چوٹ اجازت دے۔

بچوں میں انگلی کے سرے کی چوٹیں اکثر لگتی ہیں، زیادہ تر گھر پر دروازے یا کھڑکی میں، اور ان میں سے زیادہ تر سے بچا جا سکتا ہے۔

ہم اس کے لیے کیا کر سکتے ہیں

ڈاکٹر کیرن ہیرا، جو Mater Private Hospital Rockhampton میں بازو اور ہاتھ کے سرجن (upper-limb surgeon) ہیں، علاج کو آپ کی مخصوص چوٹ کے مطابق طے کرتے ہیں۔ انگلی کے سرے کی چھوٹیں آپریشن کے بغیر ٹھیک ہو جاتی ہیں، اور کچھ کو جلد سرجری کی ضرورت ہوتی ہے، اس لیے جلد معائنہ اہم ہے۔ مریضوں کو عموماً ان کا فیملی ڈاکٹر (GP) ہمارے کلینک میں ریفر کرتا ہے؛ اگر کسی فیزیوتھراپسٹ نے آپ کو ہم سے ملنے کا مشورہ دیا ہے، تب بھی میڈیکر (Medicare) کی رقم کی واپسی (rebate) کا اہل ہونے کے لیے آپ کو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ریفرل (referral) لینا ہوگا۔ کلینک میں ہم آپ سے چوٹ کی تفصیل پوچھتے ہیں، انگلی کا معائنہ کرتے ہیں، اور جہاں ضرورت ہو وہاں ایسرس یا اسکین کا انتظام کرتے ہیں۔

انگلی کے سرے کی بہت سی چوٹوں کا علاج سرجری کے بغیر کیا جاتا ہے۔ ایسی پٹیاں جو زخم کو نرم اور محفوظ رکھتی ہیں، سرے کو اٹھانے کے اپنے کناروں سے اندر کی طرف بھرنے دیتی ہیں، اور یہ طریقہ اس وقت بھی کام کر سکتا ہے جب ہڈی کا کوئی چھوٹا ٹکڑا نظر آ رہا ہو۔ صحیح حالات میں انگلی کے سرے میں اپنی شکل اور حس کو دوبارہ بنانے کی حقیقی صلاحیت ہوتی ہے۔ ایسی پٹی جس میں سے ہوا اور نمی گزر سکے، بدلتے وقت عموماً زیادہ آرام دہ ہوتی ہے، خاص طور پر شروع میں، اور اس کے ساتھ زخم بھرنے کا وقت بھی بہتر نظر آتا ہے۔ کچھ پٹیوں کی وجہ سے ہسپتال میں رہنے یا آپریشن تھیر جانے کی ضرورت نہیں پڑتی۔ اس راستے کی بنیادی قیمت وقت ہے، اور ساتھ میں باقاعدگی سے پٹی بدلنا، لیکن یہ بوجھ عارضی ہے۔ زخم بند ہو جانے کے بعد ہینڈ تھراپی (ہاتھ کی بحالی کا علاج) حرکت دوبارہ بحال کرنے اور انگلی کو پھر سے کام کے قابل بنانے میں آپ کی مدد کرتی ہے۔

سرجری پر اس وقت غور کیا جاتا ہے جب خود چوٹ اس کا تقاضا کرے، صرف اس وقت نہیں جب پٹیاں ناکام ہو جائیں۔ اگر انگلی کا کچھ حصہ کٹ گیا ہو تو ہم اسے دوبارہ جوڑ سکتے ہیں، جس سے ظاہری شکل اور کام دونوں بحال ہوتے ہیں۔ جہاں سرے کو نئی جلد سے ڈھانپنے کی ضرورت ہو، وہاں ٹشو منتقل کر کے لانے کے کئی طریقے ہیں، جن کا انتخاب اس بات سے ہوتا ہے کہ نقصان کہاں ہے اور کیا چیز کھلی

ہے۔ اگر ناخن کی تہ کٹ گئی ہو تو ہم اس کی احتیاط سے مرمت کرتے ہیں، کیونکہ ناہموار تہ سے اگلے والا ناخن آخر کار پھٹا ہوا، ابھری ہوئی لکیروں والا یا مڑا ہوا ہو سکتا ہے۔ اس آپریشن کا اپنا الگ صفحہ ہے، اور اس کے بعد کیا توقع رکھیں، یہ اگلے حصے میں بیان کیا گیا ہے۔

کیا توقع رکھیں

انگلی کے سرے کی زیادہ تر چوٹیں صحیح طریقے سے علاج کیے جانے پر اچھی طرح ٹھیک ہو جاتی ہیں۔ انگلی کے سرے میں خود کو بھرنے کی حقیقی صلاحیت ہوتی ہے، اور جلد، ناخن کی تہ اور اعصاب کے محتاط علاج سے عموماً آپ کو ایسا انگلی کا سیرا مل سکتا ہے جو دیکھنے میں بھی اچھا ہو اور اچھا کام بھی کرے۔ بہت سی چوٹیں آپریشن کے بغیر بھر جاتی ہیں، اور اس راستے کی بنیادی قیمت وقت اور باقاعدگی سے پی بدننا ہے، کوئی مستقل نقصان نہیں۔ زخم بند ہو جانے کے بعد اینڈ تھراپی حرکت دوبارہ بحال کرنے اور انگلی کو پھر سے کام کے قابل بنانے میں آپ کی مدد کرتی ہے۔

صحت یابی یک دم نہیں بلکہ آہستہ آہستہ ہوتی ہے۔ سرے کی حس اکثر آہستہ آہستہ واپس آتی ہے، اور ہو سکتا ہے یہ بالکل پہلے جیسی محسوس نہ ہو۔ کچھ لوگ محسوس کرتے ہیں کہ زخم بھر جانے کے بہت بعد تک بھی ان کی انگلی کا سیرا ٹھنڈ پر رد عمل دکھاتا ہے، اور یہ عموماً وقت کے ساتھ بہتر ہو جاتا ہے۔ سن پن، چھونے پر درد اور ناخن میں تبدیلیوں کو ٹھیک ہونے میں بھی ہفتوں سے مہینوں تک لگ سکتے ہیں۔ اگر انگلی کا کچھ حصہ دوبارہ جوڑا گیا ہو، تو ہو سکتا ہے انگلی بالکل ویسی محسوس نہ ہو یا ویسا کام نہ کرے جیسی چوٹ سے پہلے تھی، لیکن پھر بھی یہ آپ کو کارآمد کام، اچھی ظاہری شکل، اور کام اور روزمرہ سرگرمیوں کی طرف واپسی دے سکتی ہے۔

اگر انگلی کے سرے کی چوٹ کا علاج نہ کیا جائے، یا ناخن کی تہ کی احتیاط سے مرمت نہ کی جائے، تو مسائل ٹھیک ہونے کے بجائے عموماً برقرار رہتے ہیں۔ ناہموار تہ سے اگلے والا ناخن پھٹا ہوا، ابھری ہوئی لکیروں والا یا مڑا ہوا ہی رہ سکتا ہے۔ اعصاب کے جس نقصان کا علاج نہ کیا جائے، وہ دیرپا سن پن یا مسلسل درد پھوڑ سکتا ہے۔ کچھ لوگوں کو زخم بھرنے کے بعد انگلی کے سرے میں طویل مدتی درد رہتا ہے، اور جیسی لوگوں کی انگلی کا کچھ حصہ نکل دیا جاتا ہے، ان میں سے تقریباً ہر تین میں سے ایک طویل مدتی اعصابی درد بتاتا ہے۔ ان چوٹوں کے بعد انفیکشن کم ہوتا ہے، 2.5 فیصد، لیکن اگر انگلی گرم، سرخ، سوجی ہوئی اور دردناک ہو جائے، خاص طور پر بخار کے ساتھ، تو اسی دن ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

صحت یاب ہوتے وقت خطرے کی علامات پر نظر رکھیں۔ اگر انگلی سفید پڑ جائے، ٹھنڈی ہو جائے، یا اس کا رنگ سفید یا نیلا ہو جائے، یا چوٹ کے بعد اچانک اس میں حس یا حرکت ختم ہو جائے، تو اسی دن ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ اگر علامات ٹھیک نہیں ہو رہیں، ہفتوں کے دوران بگڑتی جا رہی ہیں، رات کو آپ کو جگا دیتی ہیں، یا آپ کو کام کرنے یا ہاتھ استعمال کرنے سے روکتی ہیں، تو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ملیں یا کسی ماہر ڈاکٹر سے معائنے کی درخواست کریں۔

ڈاکٹر کو کب دکھائیں

انگلی کے سرے کی زیادہ تر چوٹیں فیملی ڈاکٹر کے پاس جانے یا معمول کی ملاقات تک انتظار کر سکتی ہیں، لیکن کچھ نہیں کر سکتیں۔ اگر انگلی کا کوئی حصہ کٹ گیا ہو تو فوراً ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں، اور کٹا ہوا حصہ اپنے ساتھ لے جائیں۔ اگر انگلی گرم، سرخ، سوجی ہوئی اور دردناک ہو جائے، خاص طور پر بخار کے ساتھ، یا اگر وہ سفید پڑ جائے، ٹھنڈی ہو جائے، یا اس کا رنگ سفید یا نیلا ہو جائے، تو اسی دن ایمرجنسی جائیں۔ یہی بات اس صورت میں بھی لاگو ہوتی ہے اگر چوٹ کے بعد اچانک انگلی میں حس یا حرکت ختم ہو جائے، یا اگر فریکچر یا جوڑے اوپر جلد پھٹ گئی ہو، ہڈی نظر آرہی ہو، یا انگلی کی شکل واضح طور پر بگڑی ہوئی دکھائی دے۔ جن انگوٹھیوں نے انگلی کو پھنسا لیا ہو یا پھاڑ دیا ہو، وہ شدید چوٹوں کا سبب بن سکتی ہیں جن کے لیے ماہر ڈاکٹر کی دیکھ بھال ضروری ہے۔ اگر علامات ٹھیک نہیں ہو رہیں، ہفتوں کے دوران بگڑتی جا رہی ہیں، رات کو آپ کو جگا دیتی ہیں، یا آپ کو کام کرنے یا ہاتھ استعمال کرنے سے روکتی ہیں، تو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ملیں یا کسی ماہر ڈاکٹر سے معائنے کی درخواست کریں۔