



جرسی فنکر (انگلی موڑنے والے ٹینڈن کا ہڈی سے اکھڑ جانا، flexor tendon (avulsion)

جرسی فنکر: انگلی موڑنے والا گہرا ٹینڈن انگلی کے سرے سے اکھڑ جاتا ہے، اس لیے انگلی کا بالکل آخری سرا اب مڑ نہیں سکتا۔

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

جرسی فنکر کی چوٹ عام طور پر ایک ایسے لمحے میں لگتی ہے جو آپ کو صاف یاد رہتا ہے، اور زیادہ تر یہ کھیل کے دوران کوئی چیز مضبوطی سے پکڑتے وقت ہوتی ہے۔ ایک عام مثال رگبی یا فٹ بال میں مخالف کھلاڑی کی جرسی (کھلاڑی کی فیض) کو مٹھی میں پکڑ لینا ہے جب وہ زور سے دور ہٹ رہا ہو، اور اسی سے اس چوٹ کا نام پڑا ہے۔ انگلی کے سرے پر اچانک تیز درد ہوتا ہے، اور اس کے بعد انگلی سوج جاتی ہے اور اس پر نیل پڑ سکتا ہے۔

اس کی پہچان کی خاص علامت یہ ہے کہ آپ انگلی کا بالکل آخری سرا موڑ نہیں سکتے جب آپ مٹھی بنانے کی کوشش کرتے ہیں تو انگلی کے سرے کا جوڑ (ناخن کے سب سے قریب والا چھوٹا جوڑ، جسے DIP جوڑ کہتے ہیں) کمڑ کر ہتھیلی کی طرف نہیں آتا، حالانکہ باقی انگلی حرکت کرتی ہے۔ سب سے زیادہ یہ چوٹ انگوٹھی والی انگلی (ring finger) میں ہوتی ہے۔ کچھ لوگوں کو انگلی میں کچھ نیچے یا ہتھیلی میں بھی ایک گانٹھ محسوس ہوتی ہے جسے چھونے پر درد ہوتا ہے: یہ گانٹھ ٹینڈن (tendon)، یعنی وہ مضبوط ڈوری جو ہڈی سے جوڑتی ہے، کا سرا ہوتی ہے، جو ہڈی سے ٹوٹ کر الگ ہو گیا ہے اور پھوڑے لگنے بڑبڑانے کی طرح پیچھے کو اچھل گیا ہے۔

در اصل کیا ہو رہا ہے

ایک مضبوط ٹینڈن، جسے فلیکسر ڈیجیٹورم پروفنڈس (flexor digitorum profundus, FDP) کہتے ہیں، ہر انگلی کے ہتھیلی والی طرف چلتا ہے اور انگلی کے سرے کی چھوٹی ہڈی سے جڑا ہوتا ہے۔ اس کا کام اس آخری جوڑ کو موڑنا ہے۔ جرسی فنکر میں، عین اس لمحے جب پٹھا انگلی کو موڑنے کے لیے زور سے پیچ رہا ہوتا ہے، انگلی کو زبردستی سیدھا کیا جاتا ہے، اور ٹینڈن انگلی کے سرے کی ہڈی پر اپنی جڑنے کی جگہ سے اکھڑ جاتا ہے، اور بعض اوقات اپنے ساتھ ہڈی کا ایک چھوٹا ٹکڑا بھی پیچ لیتا ہے۔

ٹینڈن کا ڈھیلا سرا کتنی دور تک پیچھے اچھلتا ہے، یہ بہت اہم ہے، اور سرجن ان چوٹوں کو اسی بنیاد پر گروہوں میں تقسیم کرتے ہیں (Laddy-Packer درجہ بندی)۔ جب ٹینڈن تھوڑی سی دوری تک پیچھے ہٹے اور انگلی کے اندر ہی رہے، تو عام طور پر اس کی کچھ خون کی فراہمی برقرار

رہتی ہے اور اس کے علاج میں تھوڑا انتظار کیا جا سکتا ہے۔ جب یہ پوری طرح پیچھے ہتھیلی تک اچھل جائے، تو اس کی خون کی فراہمی ختم ہو جاتی ہے اور وہ راستہ جس میں یہ عام طور پر پھسلتا ہے (پلی سسٹم، pulley system، یعنی وہ پٹیاں جو ٹینڈن کو ہڈی کے قریب رکھتی ہیں) زخم کے سخت ریشے سے بھرنے اور بند ہونے لگتا ہے۔ اسی لیے پوری طرح پیچھے ہٹ جانے والی جرسی فنکریں وقت بہت اہم ہے: اسے جتنا زیادہ عرصہ چھوڑا جائے، ٹینڈن کو واپس لا کر دوبارہ جوڑنا اتنا ہی مشکل ہو جاتا ہے۔ جس چوٹ میں ہڈی کا ٹکڑا ٹینڈن کے ساتھ جڑا رہے، اس میں ٹینڈن اکثر اپنی جگہ کے قریب ٹکا رہتا ہے اور بعض اوقات اس کا علاج کچھ بعد میں بھی کیا جا سکتا ہے۔

ہم اس کے لیے کیا کر سکتے ہیں

پیارے کلینک میں ڈاکٹر کیرن ہیرا اس مسئلے کا علاج سب سے پہلے آپ کی بیماری کی تفصیل اور معائنے کے محتاط جائزے کے ذریعے تشخیص کی تصدیق سے شروع کرتے ہیں۔ چونکہ ٹینڈن کو عام طور پر چند دنوں کے اندر دوبارہ جوڑنا ضروری ہوتا ہے، اس لیے آپریشن کے بغیر علاج آزمانے کے بجائے عام طور پر فوراً سرجری کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

جرسی فنکر کا علاج تقریباً ہمیشہ آپریشن کے ذریعے ٹینڈن کو دوبارہ ہڈی سے جوڑ کر کیا جاتا ہے۔ ٹینڈن کے ساتھ جو کچھ ہوا ہو، اس کے لحاظ سے ایسا کرنے کے ایک دو طریقے ہیں:

• اگر ٹینڈن ہڈی سے صاف اکھڑ گیا ہو، تو اسے ہڈی میں لگائے گئے ایک چھوٹے اینکر (anchor)، یعنی ہڈی میں لگایا جانے والا چھوٹا پرزہ جو ٹانگوں کے دھاگے کو تھامتا ہے، کے ذریعے دوبارہ جوڑا جاتا ہے، یا ایسے ٹانگوں سے جو انگلی کے سرے میں سے گزار کر ایک پٹن کے اوپر باندھے جاتے ہیں ("پل آؤٹ" مرمت، pull-out repair)۔

• اگر ٹینڈن اپنے ساتھ ہڈی کا ٹکڑا لے گیا ہو، تو اس ٹکڑے کو واپس اپنی جگہ پر رکھ کر تھاما جاتا ہے، عام طور پر ایک بہت چھوٹے پیچ، تار یا چھوٹی پلیٹ کے ذریعے۔

سب سے اہم بات وقت ہے۔ جو ٹینڈن پیچھے ہتھیلی تک ہٹ گیا ہو، اس کی مرمت عام طور پر تقریباً 7 سے 10 دن کے اندر کرنی پڑتی ہے، اس سے پہلے کہ اس کی لمبائی اور خون کی فراہمی بہت زیادہ کم ہو جائے۔ جس چوٹ میں ٹینڈن ہڈی کے ٹکڑے کے ذریعے تھما ہوا ہو، اسے اکثر کچھ بعد میں ٹھیک کیا جا سکتا ہے۔ اسی لیے جلد معائنہ کروانا واقعی یہ طے کرتا ہے کہ کیا کچھ ممکن ہے۔

اگر چوٹ نظر انداز ہو جائے یا کئی ہفتوں یا مہینوں بعد پکڑی جائے، تو ہو سکتا ہے کہ سادہ طریقے سے دوبارہ جوڑنا ممکن نہ رہے۔ ایسی صورت میں بڑے آپریشن ہی راستہ ہوتے ہیں: پیوند (graft) کے ذریعے ٹینڈن کو دوبارہ بنانا، یا اگر مسئلہ انگلی کے سرے کے جوڑ کا ہو، تو اس چھوٹے جوڑ کا فیوژن (دو ہڈیوں کو جوڑ کر ایک کر دینا) تاکہ انگلی مستحکم اور درد سے پاک رہے۔ ان میں سے کسی بھی مرمت کے بعد، مرحلہ وار اور احتیاط سے ترتیب دیا گیا ہینڈ تھراپی کا پروگرام ضروری ہے تاکہ ٹینڈن کو محفوظ طریقے سے حرکت دی جا سکے اور بھرنے کے دوران وہ کھل کر الگ نہ ہو جائے۔

کیا توقع رکھیں

جب جرسی فنکر جلد پکڑ لی جائے اور اس کی مرمت اچھی طرح ہو، تو نتیجہ اچھا ہوتا ہے اور زیادہ تر لوگوں کو انگلی کے سرے کی مضبوط اور کارآمد حرکت واپس مل جاتی ہے۔ تاہم صحت یابی جلدی نہیں ہوتی۔ مرمت شدہ فلیکسر ٹینڈن پہلے کئی ہفتوں تک نازک رہتا ہے، اس لیے آپ کو حفاظتی اسپلنٹ پہننا ہوگا اور ہینڈ تھراپسٹ (ہاتھ کی بحالی کے ماہر) کے پروگرام پر عمل کرنا ہوگا جو آہستہ آہستہ اور محفوظ طریقے سے دوبارہ حرکت شروع کرواتا ہے، اور اس میں جلد بازی ہی وہ بڑی وجہ ہے جس سے مرمت ناکام ہوتی ہے۔ پوری گرفت اور بھاری کاموں کی طرف واپس آنے میں عام طور پر چند مہینے لگتے ہیں، اور ٹھیک یا جسمانی مشقت والے کام پر واپسی کے وقت کے بارے میں آپ کا تھراپسٹ اور سرجن آپ کی رہنمائی کریں گے۔

یہ جاننا مفید ہے کہ اچھی مرمت کے بعد بھی انگلی کے سرے کا جوڑ دوسری طرف کے مقابلے میں تھوڑا زیادہ اکڑا رہ سکتا ہے۔ جن چوٹوں کا علاج دیر سے ہوا ہو، یا جن میں پیوند یا جوڑ کے فیوژن کی ضرورت پڑی ہو، ان میں انگلی کے سرے کی حرکت عموماً زیادہ محدود رہتی ہے، اور یہی وجہ ہے کہ جلد علاج اتنا فائدہ مند ہے۔

ڈاکٹر کو کب دکھائیں

کسی چیز کو پکڑتے وقت لگنے والی چوٹ کے بعد آپ انگلی کا سرا موڑ نہیں سکتے۔ یہ جرسی فنکٹر کی اہم علامت ہے اور اس کا معائنہ جلد از جلد کروانا چاہیے: یہ دیکھنے کا انتظار نہ کریں کہ یہ خود ٹھیک ہوتی ہے یا نہیں۔ جو چیز "ڈبی ہوئی" یا موچ والی انگلی لگتی ہے، وہ ہڈی سے اکھڑا ہوا ٹینڈن ہو سکتا ہے، اور بہترین نتائج جلد مرمت سے ملتے ہیں۔

ایسی چوٹ کے بعد انگلی یا ہتھیلی میں ایسی گانٹھ جسے چھونے پر درد ہو، خاص طور پر جب انگلی کا سرا مڑ نہ رہا ہو۔

کھیل یا کسی چیز کو پکڑنے کے دوران لگی چوٹ کے بعد انگلی میں کافی درد، سوجن یا نیل جو ٹھیک نہ ہو رہا ہو۔

انگلی کی کوئی بھی چوٹ جس میں انگلی کی حرکت، اس کا احساس یا اس کی شکل ٹھیک نہ لگ رہی ہو: شک ہو تو معائنہ کروائیں، کیونکہ بہترین نتیجے کے لیے وقت کی گنجائش کم ہو سکتی ہے۔