

انگوٹھے کے لیگامنٹ (UCL) کی مرمت

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۔

یہ آپریشن کیوں تجویز کیا گیا ہے

ڈاکٹر کیرن ہیرپا، 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۔ اس چوٹ میں متاثر ہونے والا لیگامنٹ (ligament)، یعنی وہ مضبوط بندھن جو ایک ہڈی کو دوسری ہڈی سے جوڑتا ہے، آپس کے انگوٹھے کی اندرونی طرف، اس جوڑ پر ہوتا ہے جہاں انگوٹھا ہاتھ سے ملتا ہے۔ یہ آپریشن اس لیگامنٹ کی مرمت کرتا ہے تاکہ جوڑ دوبارہ مستحکم ہو جائے۔

ہم عام طور پر بغیر آپریشن کے علاج سے آغاز کرتے ہیں۔ جزوی پھٹاؤ میں، بھرنے کے دوران پلستر یا اسپلنٹ (splint) انگوٹھے کو ساکت رکھ سکتا ہے، اور اس سے اکثر انگوٹھا مستحکم اور درد سے پاک ہو جاتا ہے۔ لیکن جب لیگامنٹ پوری طرح پھٹ جائے تو وہ اکثر خود سے ٹھیک نہیں ہوتا۔ تقریباً 75 فیصد مکمل پھٹاؤ صرف اسپلنٹ سے ٹھیک نہیں ہو پاتے۔ لیگامنٹ کا پھٹا ہوا سرا اپنی جگہ سے کھسک بھی سکتا ہے، جس کی وجہ سے وہ دوبارہ ہڈی سے نہیں جڑ پاتا۔ اگر ایسے پھٹاؤ کو بغیر علاج کے چھوڑ دیا جائے تو اس سے طویل مدتی درد اور انگوٹھا استعمال کرنے میں دشواری ہو سکتی ہے۔

مکمل پھٹاؤ میں فوراً سرجری کا مشورہ دیا جاسکتا ہے، یا اس وقت جب اسپلنٹ سے کافی بہتری نہ آئی ہو۔ مقصد ایسا انگوٹھا ہے جو مستحکم ہو، درد سے پاک ہو، اور پکڑنے اور چٹکی کی گرفت کے لیے کافی مضبوط ہو۔ مریضوں کے اپنے بتائے ہوئے درد اور ہاتھ کے کام کے نتائج مرمت کے تین اور 12 ماہ بعد، سرجری سے پہلے کے مقابلے میں، بہتر ہوتے ہیں۔

آپریشن سے پہلے

آپ کے سرجن آپ کے انگوٹھے کے اسکین کی مدد سے آپریشن کی منصوبہ بندی کریں گے۔ اس کا آغاز عموماً ایکس رے سے ہوتا ہے، جو اس جگہ کوئی چھوٹا سا فیکچر (ہڈی کا ٹوٹنا) دکھا سکتا ہے جہاں سے لیگامنٹ اکھڑا ہو۔ لیگامنٹ کو خود دیکھنے اور یہ تصدیق کرنے کے لیے کہ کیا اس کا پھٹا ہوا سرا اپنی جگہ سے کھسک گیا ہے، ایم آر آئی یا الٹراساؤنڈ اسکین بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

سرجری سے پہلے آپ کو واضح ہدایات دی جائیں گی۔ آپ کو آپریشن سے سات گھنٹے پہلے سے کچھ نہیں کھانا چاہیے۔ اس سے یہ ممکن ہوتا ہے کہ اگر آپریشن کی فہرست وقت سے پہلے چل رہی ہو تو آپ کی سرجری پہلے کی جاسکے۔ ہو سکتا ہے آپ کو چھ دو اینس بند کرنی پڑیں، اور آپ کے سرجن آپ کو بتائیں گے کہ کون سی اور کب۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس سب کی فہرست ساتھ لائیں۔ آپریشن کے بعد گاڑی میں گھر لے جانے کے لیے کسی کا انتظام کریں، اور ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔

اگر آپ کو دوسری طبی بیماریاں ہیں تو ہو سکتا ہے آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بے ہوشی کے ڈاکٹر (anaesthetist) سے معائنے کی ضرورت ہو۔

آپریشن کے دن

آپ ہسپتال کے سرجری کے داخلے کے شعبے میں پہنچیں گے، جہاں آپ کا اندراج کیا جاتا ہے اور آپ کو آپریشن تھیٹر کے لیے تیار کیا جاتا ہے۔ وہیں آپ کی ملاقات بے ہوشی کے ڈاکٹر سے ہوگی۔ یہ آپریشن جنرل اینسٹھیزیا (مکمل بے ہوشی) میں کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے بعد درد میں آرام کے لیے بعض اوقات 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 اسی دن آپ سے اس بارے میں بات کریں گے۔

اس کے بعد آپ کو آپریشن تھیٹر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔ آپریشن مکمل ہونے کے بعد آپ ریکوری روم میں جاگیں گے، جہاں بے ہوشی کی دوا کا اثر ختم ہونے تک نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں۔ جب آپ کی حالت مستحکم ہو جائے تو، طریقہ علاج اور آپ کی صحت یابی کے مطابق، آپ یا تو وارڈ میں جائیں گے یا گھر چلے جائیں گے۔

آپریشن میں کیا کیا جاتا ہے

آپ کے سرجن انگوٹھے کی اس طرف ایک چھوٹا چیرا لگاتے ہیں جہاں سے لیگمانٹ اکھڑا تھا۔ اس چیرے کے ذریعے وہ لیگمانٹ کا پھٹا ہوا سر تلاش کرتے ہیں اور ہڈی پر اس جگہ ایک چھوٹا سا حصہ تیار کرتے ہیں جہاں یہ پہلے جڑا ہوتا تھا۔ پھر ہڈی میں لگاتے لگتے ایک چھوٹے اینکر (anchor)، یعنی ایک چھوٹا پرزہ جو ٹانگوں کے دھاکے کو تھامتا ہے، کی مدد سے لیگمانٹ کو ٹانگوں کے ذریعے واپس اسی جگہ پر جما دیا جاتا ہے۔ یہ لیگمانٹ کو ہڈی سے دوبارہ جڑنے تک اپنی جگہ پر رکھتا ہے۔

اگر لیگمانٹ کو پھٹے ہوئے کافی عرصہ ہو گیا ہو تو ہو سکتا ہے اس کے سرے اتنے گھس چکے ہوں کہ انہیں ٹانگوں سے جوڑا نہ جاسکے۔ اس صورت میں آپ کے سرجن آپ کے اپنے انگوٹھے کے ایک قبی ٹینڈن (tendon)، یعنی وہ مضبوط ڈوری جو پٹھے کو ہڈی سے جوڑتی ہے، کی مدد سے لیگمانٹ کو دوبارہ بنا سکتے ہیں؛ اس ٹینڈن کو موڑ کر ایک نئی پٹی بنائی جاتی ہے جو جوڑ کے دونوں طرف ہڈی سے جڑتی ہے۔ اگر لیگمانٹ ہڈی کے ایک چھوٹے ٹکڑے کے ساتھ اکھڑا ہو تو اس ٹکڑے کو ایک چھوٹی پلیٹ اور پیچوں سے واپس اپنی جگہ پر جما دیا جاتا ہے۔

کچھ مریٹوں کو لیگمانٹ کے ساتھ سلی ہوئی فیتے جیسی ایک پٹی (tape) سے مضبوط کیا جاتا ہے۔ یہ پٹی ایک عارضی حفاظتی رسی کی طرح کام کرتی ہے، اور لیگمانٹ کے بھرنے کے دوران بوجھ بانٹتی ہے۔ چونکہ یہ کچھ کھینچاؤ خود سہتی ہے، اس لیے ہو سکتا ہے صرف مرمت کے مقابلے میں آپ کا انگوٹھا جلد حرکت کرنا شروع کر سکے۔

آپ کے سرجن جوڑ کو ساکت رکھنے اور مرمت کو ایک طرف سے دوسری طرف کے کھینچاؤ سے بچانے کے لیے انگوٹھے کے جوڑ کے آر پار دھات کا ایک چھوٹا پن بھی لگاتے ہیں۔ بھرنے کا عمل شروع ہو جانے کے بعد یہ پن بعد میں نکال دیا جاتا ہے۔

چیرے کو ٹانگوں سے بند کر کے اس پر زخم کی پٹی لگا دی جاتی ہے۔ آپ ریکوری روم میں جائیں گے، اور ہوش میں آتے وقت نرسیں کی ٹیم آپ کی دیکھ بھال کرتی رہے گی۔

آپریشن کے بعد

آپ ریکوری روم میں جاگیں گے، پھر وارڈ میں منتقل ہوں گے۔ آپ کا ہاتھ اسپلنٹ یا پلستر میں ہوگا، اور زخم پر پٹیاں ہوں گی۔ نرسیں آپ کو آرام میں رکھیں گی اور ضرورت ہو تو درد کی دوا دیں گی۔ جیسے ہی آپ خود کو اس قابل محسوس کریں، آپ اٹھ کر چل پھر سکتے ہیں۔ گھر پر پہلے 24 گھنٹے کسی کو آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ آپ کی ٹیم آپ کو بتائے گی کہ آپ اسی دن گھر جائیں گے یا ایک رات ہسپتال میں رہیں گے۔ ہم زخم کی پٹی تقریباً 10 دن تک لگی رہنے دیتے ہیں؛ براہ کرم اس سے پہلے اسے نہ اتاریں، جب تک ہم آپ کو ایسا کرنے کو نہ کہیں۔ جب ہم آپ سے ملتے ہیں تو اسے بدل دیتے ہیں یا اتار دیتے ہیں۔

صحت یابی

پہلے چند دنوں اور ہفتوں تک آپ کے انگوٹھے میں درد اور سوجن رہے گی۔ یہ آہستہ آہستہ کم ہو جاتی ہے۔ آرام کرتے وقت ہاتھ کو اونچا رکھنا مدد دیتا ہے، اور اسی طرح آپ کی ٹیم کی دی ہوئی درد کی دوا بھی۔ آپ ایسے اسپینٹ یا پلستر میں تھیر جانیں گے جو بھرنے کے دوران مرمت کی حفاظت کرتا ہے۔

آپ کے روزمرہ معمولات آپ کی توقع سے زیادہ بدلتے ہیں۔ شروع میں آپ کو کچھ کاموں میں مدد کی ضرورت ہوگی، خاص طور پر ایسے کاموں میں جن میں مضبوط گرفت چاہیے، جیسے مرتبان کھولنا یا بھاری چیزیں اٹھا کر لے جانا۔ زیادہ تر لوگ دیکھتے ہیں کہ وہ پہلے روزمرہ کام کافی جلد کر لیتے ہیں، اور دفتری کام اس صفحے کے جدول میں دکھانے کے اوقات کے اندر۔ ہینڈ تھیراپی (ہاتھ کی بحالی کا علاج) آپ کی صحت یابی کا ایک اہم حصہ ہے۔ آپ کی ہینڈ تھیراپسٹ، Extend Rehabilitation میں Ruby Doolan، آپ کی ورزشوں کی رہنمائی کریں گی اور انگوٹھا بھرنے کے دوران ضرورت کا کوئی بھی اسپینٹ بنائیں گی۔ ورزشیں نرمی سے شروع ہوتی ہیں اور مرمت مضبوط ہونے کے ساتھ ساتھ بڑھتی جاتی ہیں۔

جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے اور حرکت واپس آتی ہے، روزمرہ کام آسان ہوتے جاتے ہیں۔ جب آپ کے سرجن مطمئن ہو جائیں گے کہ مرمت بھر گئی ہے، تو آپ آہستہ آہستہ بھاری کام، پھیل اور جسم کی طرف واپس آئیں گے۔ دردم ہونے اور طاقت واپس آنے کے ساتھ آخری نتیجہ کچھ عرصے تک بہتر ہوتا رہتا ہے۔

صحت یابی ہر شخص میں مختلف ہوتی ہے۔ آپ کی صحت یابی کا وقت عام اوقات سے مختلف ہو سکتا ہے، اور ہر مرحلے پر آپ کے سرجن اور تھیراپسٹ 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 کسی بھی مسئلے کو جلد پکڑنے کے لیے آپ کی قریبی نگرانی کرتے ہیں۔

زخم میں انفیکشن ہو سکتا ہے۔ آپ کو چہرے سے باہر کی طرف پھیلتی ہوئی سرخی، اس سے رطوبت پاپیپ کا رسنا، یا گہرا، دھڑکتا ہوا درد محسوس ہو سکتا ہے جو عام دردش دوا سے کم نہ ہو۔ اگر آپ کو ان میں سے کوئی بھی علامت نظر آئے تو اسی دن کلینک کو فون کریں۔

بعض اوقات سرجری کے دوران انگوٹھے کے قریب کسی چھوٹے عصب (nerve) میں جلن (irritation) پیدا ہو جاتی ہے۔ اس سے انگوٹھے کی پشت پر سُن پن، کھینچنا یا عجیب احساس والا ایک حصہ ہو سکتا ہے۔ اعصابی بلاک کے بعد پہلے 24 گھنٹوں میں سُن پن اور کمزوری متوقع ہے، اور بلاک کا اثر ختم ہونے کے ساتھ یہ ختم ہو جاتی ہے۔ اگر سُن پن اس سے زیادہ دیر رہے تو کلینک کو فون کریں۔

چوڑا تھوڑا ڈھیلا یا اکڑا ہوا رہ سکتا ہے۔ کچھ لوگوں کو چٹکی سے پکڑتے یا گرفت کرتے وقت انگوٹھے کی جڑ میں ہلکی دھکن محسوس ہوتی ہے، یا انگوٹھا پہلے جتنا نہیں مڑتا۔ چند لوگ محسوس کرتے ہیں کہ ان کی گرفت پہلے جتنی مضبوط نہیں۔ یہ تبدیلیاں عموماً معمولی ہوتی ہیں اور اکثر وقت اور ہینڈ تھیراپی کے ساتھ ٹھیک ہو جاتی ہیں۔ اگر یہ آپ کو پریشان کریں تو اگلے معائنے پر ان کا ذکر کریں۔

خود مرمت بھی ناکام ہو سکتی ہے۔ ایسا کم ہوتا ہے، لیکن ابتدائی ہفتوں میں کرنے یا انگوٹھے پر ضرب لگنے سے بھرتا ہوا لیگانٹ کھینچ سکتا ہے یا دوبارہ پھٹ سکتا ہے۔ آپ کو اچانک درد، سوجن اور انگوٹھے کے جواب دے جانے کا احساس ہوگا۔ اگر ایسا ہو تو کلینک کو فون کریں۔

اگر جوڑ کو ساکت رکھنے کے لیے دھات کا پن لگایا گیا ہو تو اس کے ارد گرد کی جلد میں جلن ہو سکتی ہے یا انفیکشن ہو سکتا ہے۔ پن کی جگہ کے ارد گرد سرخی، چھوٹے پردے یا رطوبت کی اطلاع اسی دن کلینک کو دیں۔

اگر آپ تفصیلی اعداد و شمار جاننا چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کا جدول عام شرحیں دکھاتا ہے۔

ہمیں کب فون کریں

زیادہ تر لوگ بغیر کسی مسئلے کے صحت یاب ہو جاتے ہیں، لیکن کچھ علامات پر جلد توجہ دینا ضروری ہے۔

اگر آپ کی پینٹلی میں سوجن یا درد ہو، یا سانس پھولے یا سینے میں درد ہو، تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ یہ خون کے لو تھڑے کی علامات ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ کا انگوٹھا، ہاتھ یا انگلیاں سفید پڑنے لگیں، ٹھنڈی ہو جائیں، بالکل سفید، نیلی یا گہرے رنگ کی ہو جائیں، تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

اگر آپ کو بخار ہو، زخم کے ارد گرد سرخی پھیل رہی ہو، یا اس سے رطوبت یا پیپ رس رہی ہو، تو اسی دن کلینک کو فون کریں۔ اگر درد کی دواؤں کے باوجود درد بڑھتا ہی جائے تو اسی دن کلینک کو فون کریں۔

اعصابی بلاک کے بعد پہلے 24 گھنٹوں میں سُن پن اور کمزوری متوقع ہے، اور اس کا اثر ختم ہونے کے ساتھ یہ ختم ہو جاتی ہے۔ اگر سُن پن اس سے زیادہ دیر رہے، یا بلاک کا اثر ختم ہونے کے بعد آپ اپنا انگوٹھا، ہاتھ یا انگلیاں نہ ہلا سکیں، تو کلینک کو فون کریں۔

اگر آپ کلینک سے رابطہ نہ کر سکیں، دفتری اوقات کے بعد یا ویک اینڈ پر، تو اپنے قریب ترین ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔