

سب ٹروکینٹیرک فریکچر

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

سب ٹروکینٹیرک فریکچر (subtrochanteric fracture) ران کی ہڈی کا کوہلے کے بالکل نیچے ٹوٹ جانا ہے۔ درد ران کے اوپری حصے یا ران کی جڑ (groin) میں گہرائی میں ہوتا ہے، اور عام طور پر شدید ہوتا ہے۔ کھڑے ہونے، چلنے یا اس ٹانگ پر وزن ڈالنے سے یہ بڑھ جاتا ہے۔ ٹانگ کو ساکن رکھ کر آرام کرنے سے یہ کم ہو جاتا ہے۔

ہڈی ایسی جگہ سے ٹوٹی ہوتی ہے جہاں طاقتور پٹھے ہڈی کو اس کی سیدھ سے کھینچ دیتے ہیں۔ اسی لیے اس قسم کا فریکچر غیر مستحکم ہوتا ہے اور جڑنے کے دوران اسے اپنی جگہ پر رکھنا مشکل ہو سکتا ہے۔ اس کا یہ مطلب بھی ہے کہ جب بھی پیچھے سکرٹے ہیں تو درد بھڑک اٹھتا ہے، جیسے رات کو بستر میں کروٹ بدلتے وقت، یا کچھ دیر بیٹھنے کے بعد کرسی سے اٹھنے کی کوشش کرتے وقت۔

روزمرہ کے کام جلد ہی مشکل ہو جاتے ہیں۔ آپ کو مدر کے بغیر کھڑے ہونے، سیڑھیاں چڑھنے یا غسل خانے تک جانے میں مشکل ہوگی۔ گاڑی میں بیٹھنے اور اترنے، یا ٹوائلٹ پر بیٹھنے سے ران کے اوپری حصے پر زور پڑتا ہے اور اکثر درد ہوتا ہے۔ اس طرف کروٹ لے کر سونا تکلیف دہ ہوتا ہے، اور دھن سے آپ کی آنکھ کھل سکتی ہے۔

اس حصے کے کچھ فریکچر پتلی ہوتی ہڈیوں کے علاج کی دواؤں (ہڈیوں کی کمزوری یعنی osteoporosis کی دواؤں) کے لمبے عرصے تک استعمال کے بعد ہوتے ہیں۔ انہیں غیر معمولی فریکچر (atypical fractures) کہتے ہیں۔ ہڈی ٹوٹنے سے پہلے کچھ لوگوں کو ہفتوں یا مہینوں تک ران میں دھن یا گہرا درد محسوس ہوتا ہے۔ اگر آپ ان میں سے کوئی دوا لیتے رہے ہیں اور آپ کی ران میں نیا درد ہے تو جلد اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔

ران کی ہڈی کے اس حصے میں ہڈی کا جڑنا سست ہو سکتا ہے۔ کبھی کبھی ہڈی کو جڑنے میں معمول سے زیادہ وقت لگتا ہے، اور کچھ کیسوں میں مزید علاج کے بغیر بالکل نہیں جڑتی۔ یہ بات آپ کی صحت یابی پر آپ کے فریکچر کی قسم سے زیادہ اثر ڈالتی ہے: ان غیر معمولی فریکچر والے لوگوں اور عام فریکچر والے لوگوں کے مجموعی نتائج عام طور پر ملتے جلتے ہوتے ہیں۔

یہاں کا فریکچر آپ کی مجموعی صحت اور خوشحالی پر بھی بوجھ ڈالتا ہے۔ بڑی عمر کے لوگوں کو اکثر محسوس ہوتا ہے کہ ان کے معیار زندگی میں کمی آگئی ہے، پہلے چند مہینوں میں بھی اور لمبے عرصے میں بھی۔ یہ اس چوٹ کا ایک عام حصہ ہے، اور صحت یابی کے دوران اپنی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم سے اس کا ذکر کرنا فائدہ مند ہے۔

در اصل کیا ہو رہا ہے

جب آپ کھڑے ہوتے اور چلتے ہیں تو ران کی ہڈی آپ کا سارا وزن اٹھاتی ہے۔ یہ فریکچر کو لہے کے بالکل نیچے کے اس حصے میں ہوتا ہے جہاں ہڈی گھنی اور موٹی ہوتی ہے، اور جہاں اس سے گزرنے والی قوتیں پورے ڈھانچے میں سب سے زیادہ ہوتی ہیں۔ اسے اپنی ٹانگ کا وزن اٹھانے والا ستون سمجھیں۔ جب یہ ٹوٹ جائے تو شدید درد کے بغیر اس ٹانگ پر کھڑا ہونا ممکن نہیں رہتا۔

یہاں کی ہڈی گھنی بیرونی ہڈی (cortical bone) ہے، یعنی اسٹیف جیسی اندرونی ہڈی کے بجائے باہر کا سخت خول۔ اس گھنی ہڈی کو خون کی فراہمی محدود ہوتی ہے، اور یہ ایک وجہ ہے کہ اس جگہ پر ہڈی کا جڑنا عام طور پر سست ہوتا ہے۔ ہڈی اکثر دو صاف سروں کے بجائے کئی ٹکڑوں میں ٹوٹی ہے، جس سے مشکل اور بڑھ جاتی ہے۔

ران کے اس حصے کے ارد گرد طاقتور پٹھے ہوتے ہیں، اور ہڈی ٹوٹنے کے بعد بھی وہ کھینچتے رہتے ہیں۔ جو پٹھے کو لہے کو موڑتے ہیں اور ٹانگ کو باہر کی طرف کھینچتے ہیں وہ اوپر والے ٹکڑے کو ایک طرف کھینچتے ہیں۔ جو پٹھے ران کو اندر کی طرف کھینچتے ہیں وہ نیچے والے ٹکڑے کو دوسری طرف کھینچ کر اسے چھوٹا کر دیتے ہیں۔ اسی لیے ہڈی خود بخود سیدھ میں نہیں رہتی، اور اسی لیے جب بھی یہ پٹھے سکڑتے ہیں تو درد بھرک اٹھتا ہے۔

یہاں کے کچھ فریکچر پتلی ہڈیوں والے کسی بڑی عمر کے شخص کے گرنے کے بعد ہوتے ہیں۔ کچھ دوسرے کسی کم عمر شخص میں کسی بڑی چوٹ، جیسے کار حادثے، کے بعد ہوتے ہیں۔ تیسری قسم کے فریکچر ان لوگوں میں بہت معمولی گرنے سے یا بالکل گرے بغیر ہوتے ہیں جنہوں نے لمبے عرصے تک ہڈیوں کی کمزوری کی دوائیں لی ہوں۔ یہ وہی غیر معمولی فریکچر ہیں جن کا اوپر ذکر ہوا۔

چونکہ یہ ہڈی اتنی زیادہ قوت کے نیچے ہوتی ہے اور پٹھے ٹکڑوں کو الگ کھینچتے رہتے ہیں، اس لیے یہ فریکچر علاج کے لحاظ سے مشکل سمجھا جاتا ہے۔ زیادہ تر فریکچروں کے مقابلے میں اس میں مرمت کے لیے لگائے گئے دھاتی پرزوں کے ناکام ہونے یا ہڈی کو جڑنے میں زیادہ وقت لگنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ اسی لیے علاج میں عام طور پر سرجری شامل ہوتی ہے، تاکہ جڑنے کے دوران ہڈی کو مضبوطی سے تھاما جا سکے۔

ہم اس کے لیے کیا کر سکتے ہیں

اس فریکچر کے لیے سرجری ہی عام طور پر علاج کی بنیاد ہے۔ ہڈی ایسی جگہ سے ٹوٹی ہوتی ہے جہاں طاقتور پٹھے اسے سیدھ سے کھینچتے رہتے ہیں، اس لیے یہ شاذ و نادر ہی خود اپنی جگہ پر رہتی ہے۔ ہم عام طور پر ہریس میں سرجری کا مشورہ دیتے ہیں، سوائے اس کے کہ آپ اس سے انکار کر دیں یا کوئی اور طبی مسئلہ آپ کے لیے آپریشن کو غیر محفوظ بنا دے۔ کچھ لوگوں کا علاج، جیسے وہ جو چل نہیں سکتے یا جن کے جسم کے دونوں طرف فلیج ہو، سرجری کے بغیر کیا جا سکتا ہے، اگرچہ ایسی صورت میں بھی آپریشن سے دیکھ بھال اور آرام آسان ہو سکتا ہے۔

عام آپریشن میں دھات کی ایک راڈ ران کی ہڈی کے کھوکھلے درمیانی حصے کے اندر ڈالی جاتی ہے، اور پیچ ٹکڑوں کو سیدھ میں تھامے رکھتے ہیں۔ اسے انٹرا میڈولری نیل (intramedullary nail) کہتے ہیں، اور یہ اس فریکچر کا معیاری علاج ہے۔ ہڈی جڑنے کے دوران یہ راڈ ہڈی سے گزرنے والا بوجھ اٹھاتی ہے، جو یہاں اہم ہے کیونکہ ران کے اس حصے سے گزرنے والی قوتیں آپ کے جسم کے وزن سے کئی گنا ہوتی ہیں۔ کم کیسوں میں اس کے بجائے ہڈی کے باہر پلیٹ اور پیچ استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ آپ کے لیے کون سا طریقہ مناسب ہے، اس کا انحصار فریکچر کی شکل اور آپ کی مجموعی صحت پر ہے، اور ہم آپ کے ساتھ مل کر اس پر بات کر کے فیصلہ کریں گے۔

اگر ہڈی نہ جڑے یا مرمت ناکام ہو جائے تو مزید سرجری پھر بھی مدد کر سکتی ہے۔ اس کا مطلب ہو سکتا ہے ہڈی کو دوبارہ فلکس کرنا، ہڈی جڑنے میں مدد کے لیے ہڈی کی پیوند کاری (bone graft) استعمال کرنا، یا کچھ کیسوں میں ران کی ہڈی کے اوپری حصے کو مصنوعی جوڑے سے بدل دینا۔ یہ صورت حال سنبھالنے والے آپریشن (salvage operations) ہیں، اور ان کے اپنے پہلو ہیں جن پر ہم اس وقت بات کریں گے۔

آپ کو صرف آرام اور فزیوتھراپی کے ساتھ اسے سنبھالنے کے لیے گھر نہیں بھیجا جائے گا۔ فزیوتھراپی پھر بھی اہم ہے، لیکن یہ سرجری کے بعد آتی ہے، تاکہ طاقت دوبارہ بنائی جا سکے اور آپ پھر سے چلنے لگیں۔

کیا توقع رکھیں

سرجری کے ساتھ، اس جگہ کے زیادہ تر فریکچر جڑ جاتے ہیں۔ یہاں ہڈی آہستہ جڑتی ہے، اور ران کے اس حصے کے لیے یہ معمول کی بات ہے۔ آپ ہفتوں کے بجائے مہینوں میں صحت یابی کی توقع رکھ سکتے ہیں، کیونکہ کھنی ہڈی اور اس کے ارد گرد کے طاقتور پتھے ہڈی کے جڑنے کو بہت سے دوسرے فریکچروں کے مقابلے میں سست کام بنا دیتے ہیں۔

جب جڑنے کے دوران ہڈی کو مضبوطی سے سیدھ میں تھاما جائے تو امکانات اچھے ہوتے ہیں۔ یہاں ٹکڑوں کو اچھی طرح سیدھ میں لانا بہت اہم ہے، اور آپ کے سرجن آپریشن کے دوران اسے حاصل کرنے کے لیے پوری کوشش کرتے ہیں۔ جب یہ منصوبے کے مطابق ہو جائے تو راڈ بوجھ اٹھائی ہے جبکہ آپ کا جسم مرمت کرتا ہے، اور اس کے بعد کے مہینوں میں آپ اپنی طاقت اور چلنا پھرنا دوبارہ بناتے ہیں۔

کچھ خطرات ہیں جن کے بارے میں ایمانداری سے جاننا ضروری ہے۔ ہڈی کے اس حصے سے گزرنے والی بہت زیادہ قوتوں کی وجہ سے، مرمت کے دھاتی پرزوں کے ناکام ہونے کا امکان زیادہ تر دوسرے فریکچروں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے۔ ہڈی کو جڑنے میں معمول سے زیادہ وقت بھی لگ سکتا ہے، یا کچھ کیسوں میں یہ بالکل نہیں جڑتی۔ اگر ایسا ہو تو عام طور پر اپنے ساتھ مزید مسائل لاتا ہے، اور معاملات کو دوبارہ آگے بڑھانے کے لیے اکثر مزید سرجری کی ضرورت پڑتی ہے۔ کچھ لوگوں کی ہڈی ہلکی سی مڑی ہوئی حالت میں جڑ جاتی ہے، جس سے ٹانگ کے محسوس ہونے اور کام کرنے پر اثر پڑ سکتا ہے۔

علاج کے بغیر صورتحال زیادہ مشکل ہوتی ہے۔ پٹھے ٹکڑوں کو سیدھ سے کھینچتے رہتے ہیں، اس لیے ہڈی خود اپنی جگہ پر نہیں رہے گی۔ سرجری کے بغیر یہ کسی کارآمد حالت میں نہیں جڑے گی، اور آپ اس ٹانگ پر وزن نہیں ڈال سکیں گے۔

اگر پہلے آپریشن کے بعد ہڈی نہ جڑے تو سب کچھ ختم نہیں ہو جاتا۔ مزید سرجری سے پھر بھی ہڈی کو جوڑا جا سکتا ہے، اور جب یہ جڑ جائے تو فریکچر ٹھیک ہو جاتا ہے۔ ہڈیوں کی کمزوری کی دواؤں کے لمبے عرصے تک استعمال سے جڑے کچھ فریکچر اس سے بھی سست ہوتے ہیں، اور انہیں مکمل ٹھیک قرار دیے جانے سے پہلے صبر اور لمبے عرصے تک فالو اپ کی ضرورت ہوتی ہے۔

بڑی عمر کے لوگوں کو معلوم ہونا چاہیے کہ صحت یابی پورے انسان پر اثر ڈالتی ہے، صرف ران پر نہیں۔ معیار زندگی اکثر پہلے چند مہینوں میں کم ہو جاتا ہے اور کچھ عرصے تک کم رہ سکتا ہے۔ آپ کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم، بشمول آپ کے ایمیلی ڈاکٹر (GP)، کی جلد توجہ آپ کو دوبارہ اپنے پیروں پر کھڑا ہونے میں مدد دیتی ہے۔

ڈاکٹر کو کب دکھائیں

یہ فریکچر ایک ایمرجنسی ہے۔ اگر آپ گر گئے ہیں یا آپ کو چوٹ لگی ہے اور ران یا ران کی جڑ میں شدید درد کی وجہ سے آپ اپنی ٹانگ پر وزن نہیں ڈال سکتے تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ ایمیلی ڈاکٹر کی اپوائنٹمنٹ کا انتظار نہ کریں۔

کچھ انتباہی علامات بعد میں ظاہر ہوتی ہیں۔ اگر آپ لمبے عرصے سے ہڈیوں کی کمزوری کی دوائیں لے رہے ہیں اور آپ کی ران میں دکھن یا گہرا درد شروع ہو جائے تو جلد اپنے ایمیلی ڈاکٹر کو دکھائیں، چاہے آپ گرے نہ ہوں۔ یہ دوا خود سے بند نہ کریں؛ پہلے اپنے ایمیلی ڈاکٹر سے بات کریں۔ یہ درد ہڈی اصل میں ٹوٹنے سے ہفتوں یا مہینوں پہلے ظاہر ہو سکتا ہے، اور ہڈی ٹوٹنے سے پہلے اس کا معائنہ ضروری ہے۔

علاج کے بعد ان مسائل پر نظر رکھیں جن کے لیے یہ فریکچر جانا جاتا ہے۔ اگر متوقع مہینوں میں آپ کی ران کا درد ٹھیک نہ ہو رہا ہو، یا ٹانگ دوسری طرف کے مقابلے میں چھوٹی یا مڑی ہوئی محسوس ہو تو ماہر ڈاکٹر سے معائنے کے لیے کہیں۔ اگر آپ کو بخار ہو، ران کے ارد گرد پھیلتی ہوئی گہرائش یا سرخی ہو، یا بہتری کے ایک عرصے کے بعد اچانک وزن ڈالنے کے قابل نہ رہیں تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں، کیونکہ یہ مرمت کے ارد گرد اٹھیکشن یا دھاتی پرزوں میں کسی مسئلے کی علامت ہو سکتی ہے جس کا اسی دن معائنہ ضروری ہے۔