



آپ کے زخم کا معائنہ اور ٹانکے نکالنا

زخم کے معائنہ پر بھرے ہوئے زخم سے نہ گھلنے والے ٹانکے نکال دیے جاتے ہیں۔ یہ جلدی ہو جاتا ہے اور عام طور پر تکلیف دہ نہیں ہوتا۔

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 کے آپریشن کے بعد آپ کی زخم کے معائنہ کی ملاقات طے کی جائے گی: یہ ایک مختصر ملاقات ہوتی ہے جس میں دیکھا جاتا ہے کہ زخم ٹھیک طرح بھر گیا ہے، اور اگر آپ کے ٹانکے ایسے ہیں جنہیں نکالنا ہوتا ہے تو انہیں نکال دیا جاتا ہے۔ یہ ایک مختصر، معمول کی ملاقات ہے، اور زیادہ تر لوگوں کے لیے یہی وہ مرحلہ ہے جب ابتدائی پابندیاں ختم ہونا شروع ہوتی ہیں۔ یہ صفحہ بتاتا ہے کہ کیا توقع رکھیں، تاکہ آپ اس میں سے کوئی بات آپ کے لیے اچانک نہ ہو۔ (اس دوران خود زخم کی روزمرہ دیکھ بھال کے لیے ہمارا الگ **زخم کی دیکھ بھال** والا صفحہ دیکھیں؛ یہ صفحہ معائنہ اور ٹانکوں کے بارے میں ہے۔)

یہ کب ہوتا ہے اور کون کرتا ہے

زخم کا معائنہ عام طور پر سرجری کے تقریباً 10 سے 14 دن بعد ہوتا ہے، اگرچہ ٹھیک وقت آپریشن اور زخم کی جگہ پر منحصر ہے: آپ کے گھر جانے سے پہلے ہم آپ کو تاریخ دے دیں گے کہ یہ ہمارے کلینک میں ہو سکتا ہے، یا ہم آپ کے فیملی ڈاکٹر (GP) یا کسی کلینک کی نرس کے ذریعے آپ کے گھر کے قریب اس کا انتظام کر سکتے ہیں۔ دونوں صورتوں میں یہ وہی سادہ معائنہ ہوتا ہے، اور جو بھی آپ کو دیکھے گا اسے معلوم ہوگا کہ کیا دیکھنا ہے۔

اس ملاقات تک سب سے اہم بات یہ ہے کہ زخم کی پٹی کو جوں کا توں رہنے دیں۔ اور ہاتھ اور کہنی کے زخموں کے لیے، خشک بھی رکھیں۔ (کنڈھے کی پٹیاں پانی سے محفوظ ہوتی ہیں: پہلے دن سے ان کے اوپر شاور کا پانی بہنے دینا ٹھیک ہے؛ **زخم کی دیکھ بھال** دیکھیں۔) جب تک ہم نے خاص طور پر نہ کہا ہو، نیچے جھانکنے یا خود پٹی بدلنے کا دل ہو تب بھی ایسا نہ کریں۔ صاف، بغیر چھیڑی ہوئی پٹی جلد کے آپس میں جڑنے کے دوران زخم کو محفوظ رکھتی ہے۔ اگر پٹی ڈھیلی ہو جائے، بھیک جائے، یا آپ کو نیچے کی حالت کے بارے میں فکر ہو، تو اندازے سے اسے دوبارہ لگانے کے بجائے ہمیں فون کریں۔

ٹانکوں کی مختلف قسمیں

ہر کسی کا زخم ایک ہی طریقے سے بند نہیں کیا جاتا، اور زخم کو جس طرح بند کیا گیا ہو اسی سے طے ہوتا ہے کہ کچھ نکالنے کی ضرورت ہے یا نہیں۔

گھل جانے والے (absorbable) ٹانکے چند ہفتوں میں خود ہی ختم ہو جاتے ہیں؛ آپ کا جسم آہستہ آہستہ انہیں توڑ دیتا ہے، اس لیے نکالنے کو کچھ نہیں ہوتا۔ اکثر یہ جلد کے نیچے چھپے ہوتے ہیں اور آپ انہیں کبھی نہیں دیکھیں گے۔ کبھی کبھی کوئی ٹانکا کھلتے ہوئے سطح پر

آجاتا ہے اور آپ کو لکیر کے ساتھ ایک چھوٹا سا سخت بال جیسا سرایا پھنسی جیسا ننھا دانہ نظر آتا ہے؛ اسے "اسپٹنگ" (spitting، ٹپانے کا جلد سے باہر نکل آنا) کہتے ہیں، اور عام طور پر یہ فکر کی بات نہیں۔ ٹانگا پوری طرح کھل جانے پر یہ ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اسے نہ پھینچیں؛ اگر یہ کسی چیز میں اٹکتا ہو یا دکھتا ہو تو معائنے پر تائیں۔

نہ گھلنے والے ٹانگے وہ قسم ہیں جنہیں نکالنا پڑتا ہے، اور زخم کے معائنے کا بنیادی کام یہی ہے، عام طور پر تقریباً 10 سے 14 دن پر، جب جلد بند ہو چکی ہو۔

کبھی کبھی ٹانگوں کے ساتھ ساتھ جلد کو Steri-strips (چپکنے والے کاغذ کی پتلی پٹیاں) سے بھی جوڑا جاتا ہے۔ انہیں نکالنے کی ضرورت نہیں ہوتی؛ یہ ایک دو ہفتوں میں خود ہی اتر جاتی ہیں یا گر جاتی ہیں۔

کندھے یا کہنی کی تبدیلی (replacement) کے بعد، اور کیوبیٹل ٹنل (cubital tunnel، کہنی پر النر عصب کا دینا) اور ریڈیل ٹنل (radial tunnel، بازو کے نچلے حصے میں ریڈیل عصب کا دینا) کی سرجری کے بعد، زخم کو عام طور پر اس کے بجائے جالی اور گوند والی پٹی (mesh-and-glue dressing) سے بند کیا جاتا ہے۔ جلد کے کناروں کو آپس میں ملائے رکھنے کے لیے زخم پر ایک باریک خود چپکنے والی جالی رکھی جاتی ہے، اور اس کے اوپر جلد کا مائع گوند لگا کر سوکھنے دیا جاتا ہے۔ نکالنے کو کچھ نہیں ہوتا؛ تقریباً ایک سے دو ہفتے بعد یہ پوری چیز خود ہی اٹھ کر اتر جاتی ہے۔

آپ کے زخم پر جو بھی ہو، اسے کریدنے کے بجائے قدرتی طور پر اترنے دیں۔

اگر آپ کو یقین نہیں کہ آپ کے ٹانگے کس قسم کے ہیں، تو یہ بالکل ٹھیک ہے؛ ہمیں معلوم ہوگا، اور ہم ملاقات پر آپ کو بتا دیں گے۔

ٹانگے نکالنا کیسا محسوس ہوتا ہے

اگر آپ کے ٹانگے نکالنے ہیں تو اچھی خبر یہ ہے کہ انہیں نکالنا آپ کی توقع سے کہیں آسان ہوتا ہے۔ ہر ٹانگے کو کاٹ کر آہستہ سے کھسکا کر نکال لیا جاتا ہے۔ ہر ٹانگا نکلتے وقت آپ کو ہلکا سا پھینچاؤ یا چھوٹی سی چٹکی محسوس ہوگی؛ یہ کچھ عجیب سا احساس ہوتا ہے، لیکن عام طور پر تکلیف دہ نہیں، اور ایک دو منٹ میں ختم ہو جاتا ہے۔ یہاں وہاں خون کا ننھا سا قطرہ آنا معمول کی بات ہے۔ زیادہ تر لوگ حیران ہوتے ہیں کہ یہ کتنا جلدی اور کتنی آسانی سے ہو جاتا ہے۔

ہم کیا چیک کر رہے ہوتے ہیں

زخم کا معائنہ صرف ٹانگوں کے بارے میں نہیں ہوتا۔ جو بھی آپ کو دیکھتا ہے وہ یہ بھی یقینی بناتا ہے کہ زخم ٹھیک طرح بھر کر بند ہو گیا ہے اور اس میں انفیکشن کی کوئی علامت نہیں؛ وہ پھیلتی ہوئی سرخی، سوجن، گرمی، یا زخم سے رطوبت کا اخراج جیسی چیزیں دیکھیں گے، اور پوچھیں گے کہ زخم آرام دہ رہا ہے یا نہیں۔ اگر سب کچھ ویسا ہی ہے جیسا ہونا چاہیے، تو یہ آپ کے لیے معمول کی طرف آہستہ آہستہ واپس آنا شروع کرنے کا اشارہ ہے۔

معائنے کے بعد

جب تصدیق ہو جائے کہ زخم بھر گیا ہے اور ٹانگے اگر تھے تو نکل گئے ہیں:

• زخم کو گیلا کرنا: عام طور پر اس مرحلے پر آپ شاور میں زخم کو گیلا ہونے دینا اور معمول کے مطابق دھونا شروع کر سکتے ہیں؛ ہم ٹھیک وقت کی تصدیق کر دیں گے، کیونکہ کبھی کبھار یہ مختلف ہوتا ہے۔ اسے رگڑنے کے بجائے آہستہ سے پھتہا کر خشک کریں، اور کچھ عرصہ مزید اسے ٹب، سوئمنگ پول یا اسپا میں بھگونے سے بچیں۔

• زخم کے نشان کی دیکھ بھال: جب زخم پوری طرح بند ہو جائے تو آپ نشان کو نرم اور چکدار رکھنے کے لیے نشان کی ہلکی مالش شروع کر سکتے ہیں؛ کیسے اور کب شروع کرنا ہے، اس کے لیے ہمارا زخم کے نشان کی دیکھ بھال والا صفحہ دیکھیں۔

سرگرمی: اکثر اسی معائنے پر کچھ ابتدائی پابندیاں ختم ہو جاتی ہیں۔ وزن اٹھانے، گاڑی چلانے اور کام یا کھیل پر واپسی کے بارے میں ہم آپ کے آپریشن کے لیے جو خاص مشورہ دیں، اس پر عمل کریں؛ یہ مراحل آپ کی ہونے والی سرجری کے لحاظ سے طے ہوتے ہیں، صرف زخم کی حالت کے لحاظ سے نہیں۔

جلد مدد کب حاصل کریں

اگر کچھ غلط لگے تو آپ کو ملاقات کا انتظار کرنے کی ضرورت نہیں۔ اپنے طے شدہ معائنے سے پہلے ہم سے، اپنے فیملی ڈاکٹر سے رابطہ کریں، یا طبی مدد حاصل کریں اگر زخم:

• بڑھتا ہوا سرخ، گرم، سوجا ہوا یا تکلیف دہ ہو جائے، خاص طور پر اگر سرخی پھیل رہی ہو

• اس سے سیال، پیپ یا خون رسنے لگے، یا اس سے بدبو آنے لگے

• بھرنے سے پہلے لکیر کے ساتھ کھل جائے یا اس میں درز پڑ جائے

• اس کے ساتھ بخار ہو یا عمومی طور پر طبیعت خراب محسوس ہو

اچھی طرح بھرتا ہوا زخم پہلے ایک دو ہفتوں میں سکون میں آ جاتا ہے اور ٹھیک ہوتا جاتا ہے۔ جو زخم الٹی سمت جا رہا ہو، اس کے لیے فون کرنا مناسب ہے؛ ہم ہمیشہ یہ پسند کریں گے کہ اسے جلد چیک کر لیں، بجائے اس کے کہ آپ انتظار کریں۔