



کندھے کے جوڑ کی مکمل تبدیلی (Total Shoulder) (Arthroplasty)

کندھے کے جوڑ کی مکمل تبدیلی: بازو کے اوپری حصے کی بڑی دھات کا ایک گولا لگایا جاتا ہے اور کندھے کی پچھلی چوٹی بڑی میں پلاسٹک کا ایک پیالہ نما حصہ (socket) جمایا جاتا ہے، جس سے قدرتی کینڈا اوپر پالے والی شکل دوبارہ بن جاتی 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۔

یہ آپریشن کیوں تجویز کیا گیا ہے

ڈاکٹر کیرن ہیرپرا، جو Mater Private Hospital Rockhampton میں بازو اور ہاتھ کے سرجن (upper-limb surgeon) ہیں، آپ کے مسئلے کے لیے موزوں سب سے کم چیر پھاڑ والے طریقوں سے آغاز کرتے ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے فیملی ڈاکٹر (GP) ہمارے کلینک ریفر کرتے ہیں؛ اگر کسی فیزیوتھراپسٹ نے آپ کو ہمارے پاس آنے کا مشورہ دیا ہے، تب بھی میڈیکینر (Medicare) کی واپسی رقم کا حق دار ہونے کے لیے آپ کو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ریفرل (referral) لینا ہوگا۔ کلینک میں معائنہ، جس میں آپ کی تکلیف کی تفصیل، جسمانی معائنہ اور ضرورت ہو تو امیجنگ شامل ہے، تشخیص طے کرتا ہے۔ آرٹھرائٹس (جوڑ کی خرابی اور سوزش) جیسے گھساؤ والے مسائل میں (جب جوڑ کو ڈھانسنے والا چکن کارٹیلاج (cartilage) گھس جاتا ہے) ہم عام طور پر پہلے بغیر آپریشن کے علاج آزما رہے ہیں: سرکرمیوں میں تبدیلی، فیزیوتھراپی اور اسپنلٹ۔ جب اس سے کافی بہتری نہ ہو تو ہم سرجری پر غور کرتے ہیں۔

ٹوٹل شوولڈر آرٹھروپلاسٹی (total shoulder arthroplasty) کا مطلب ہے کندھے کے جوڑ کی تبدیلی: آپ کے کندھے کے جوڑ کی گھسی ہوئی سطحیں نکال کر ان کی جگہ مصنوعی پرزے لگائے جاتے ہیں۔ ہم یہ اس وقت تجویز کرتے ہیں جب کندھے کا درد اور اکڑاؤ آپ کی روزمرہ زندگی کو محدود کر دے اور دوسرے علاج سے کافی فائدہ نہ ہوا ہو۔ اس آپریشن کا مقصد درد کم کرنا اور آپ کے کندھے کی حرکت اور کارکردگی بہتر بنانا ہے۔ یہ آپریشن کروانے والے تمام مریضوں میں سے تقریباً 90 سے 95 فیصد میں درد کم ہو جاتا ہے۔ کندھے کی 80 فیصد سے زیادہ تبدیلیاں 10 سال سے زیادہ چلتی ہیں، اور 75 فیصد 20 سال سے زیادہ چلتی ہیں۔ کندھے کی تبدیلی کو دوسرے بڑے جوڑوں کی تبدیلی جتنا ہی محفوظ سمجھا جاتا ہے۔ ہم آپ کے ساتھ آپ کے اختیارات پر بات کریں گے اور مل کر فیصلہ کریں گے کہ یہ آپریشن آپ کے کندھے اور آپ کے مقاصد کے لیے موزوں ہے یا نہیں۔

آپریشن سے پہلے

آپ کے سرجن آپ کے کندھے کے ایکس رے کی مدد سے آپ کے آپریشن کی منصوبہ بندی کریں گے، اور کبھی کبھی ایس آر آئی (ایسا اسکین جوٹھوں اور ٹینڈنوں جیسے نرم حصے دکھاتا ہے) یا الٹراساؤنڈ (آواز کی لہروں سے کیا جانے والا اسکین) کی مدد سے بھی۔ یہ تصویریں جوڑ کی

شکل، گھسائو کی مقدار، اور اس کے گروٹینڈنوں (tendons)، یعنی ان مضبوط ڈوریوں کی حالت دکھاتی ہیں جو پٹھوں کو ہڈی سے جوڑتی ہیں۔ یہ تفصیل آپ کے سرجن کو آپ کے کندھے کے لیے صحیح مصنوعی پرزے چننے میں مدد دیتی ہے۔

سرجری سے پہلے کے دنوں میں آپ کو واضح ہدایات دی جائیں گی جن پر عمل کرنا ہوگا۔ آپ کو اپنے آپریشن سے سات گھنٹے پہلے کھانا پینا بند کرنا ہوگا۔ یہ لمبا وقفہ اس لیے ہے کہ اگر آپریشن کی فہرست وقت سے پہلے چل رہی ہو تو ہم آپ کو پہلے بلا سکیں۔ ہو سکتا ہے کچھ دوائیں عارضی طور پر روکنی پڑیں، اور آپ کے سرجن آپ کو بتائیں گے کہ کون سی اور کب۔ آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس سب کی لکھی ہوئی فہرست ساتھ لائیں، جس میں گولیاں، قطرے اور قدرتی علاج کی دوائیں بھی شامل ہوں۔ کسی ایسے شخص کا انتظام کریں جو آپ کو گاڑی میں گھر لے جائے، کیونکہ آپ خود گاڑی نہیں چلا سکیں گے۔ ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں جو آسانی سے پہنے اور اتارے جاسکیں۔ اگر آپ کو دوسری طبی بیماریاں ہیں تو ہو سکتا ہے سرجری کے دن سے پہلے آپ کو خون کے ٹیسٹ کروانے پڑیں یا بے ہوشی کے ڈاکٹر (anaesthetist)، یعنی وہ ڈاکٹر جو بے ہوشی کی دوا دیتے ہیں، سے ملنا پڑے۔

آپریشن کے دن

آپ ہسپتال کے سرجری کے مریضوں کے داخلے کے شعبے میں پہنچیں گے، جہاں آپ کا اندراج ہوگا اور آپ کو آپریشن تھیٹر کے لیے تیار کیا جائے گا۔ آپریشن سے پہلے آپ بے ہوشی کے ڈاکٹر سے ملیں گے اور ان کے ساتھ منصوبے پر بات کریں گے۔ یہ آپریشن جنرل اینسٹھیٹیزیا (مکمل بے ہوشی) کے ساتھ ریجنل اعصابی بلاک (nerve block)، یعنی ایک انجکشن جو جسم کے ایک حصے کو سن کر دیتا ہے، ملا کر کیا جاتا ہے۔ بے ہوشی کے ڈاکٹر آپریشن سے پہلے آپ سے ملیں گے اور آپ کو دونوں حصوں کے بارے میں سمجھائیں گے۔ پھر آپ کو آپریشن تھیٹر لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

جب آپ جاگیں گے تو آپ ریکوری روم میں ہوں گے۔ جب تک بے ہوشی کی دوا کا اثر ختم ہوتا ہے، نرسیں آپ کی نگرانی کریں گی۔ جب آپ کی حالت مستحکم ہو جائے گی تو آپ کو وارڈ میں منتقل کر دیا جائے گا۔ اگر آپ گھر جا رہے ہیں تو جس شخص کا آپ نے گاڑی چلانے کے لیے انتظام کیا ہے وہ آپ کو گھر لے جائے گا۔

آپریشن میں کیا کیا جاتا ہے

آپ کے سرجن جوڑ تک پہنچنے کے لیے آپ کے کندھے کے سامنے ایک چیرا لگاتے ہیں۔ اس راستے سے وہ جوڑ کی گھسی ہوئی سطحیں نکال دیتے ہیں: آپ کے بازو کی ہڈی کے اوپر والا گول، کینڈنما سرا اور وہ لمبہ گہرا ایپالہ حصہ (socket) جس پر یہ حرکت کرتا ہے۔ ان کی جگہ دھات اور پلاسٹک کے بنے مصنوعی پرزے لگائے جاتے ہیں، جو آپ کے اپنے جوڑ کی شکل کے مطابق بٹھائے جاتے ہیں۔

جوڑ کے سامنے ایک ٹینڈن، سب اسکپولیرس (subscapularis)، پٹھے اور ٹینڈن کا وہ حصہ جو بازو کو اندر کی طرف گھمانے میں مدد دیتا ہے، کو جوڑ تک رسائی کے لیے آہستگی سے ایک طرف ہٹایا جاتا ہے، اور آخر میں واپس اپنی جگہ پر جوڑ دیا جاتا ہے۔ آپ کے سرجن پورے آپریشن کے دوران جوڑ کے گرد نرم حصوں کو بچانے اور نئے پرزوں کو بالکل ٹھیک جگہ پر لگانے کا خیال رکھتے ہیں۔

جب نئے پرزے اپنی جگہ لگ جاتے ہیں اور ٹینڈن جوڑ دیا جاتا ہے تو زخم بند کر دیا جاتا ہے۔ بند زخم پر پہلے ایک باریک، خود چمکنے والی جالی لگائی جاتی ہے جو جلد کے کناروں کو آپس میں ملائے رکھتی ہے۔ پھر اس جالی پر جلد کی مائع گوند لگائی جاتی ہے، جو سوکھ کر پورے حصے کو بند کر دیتی ہے۔ یہ تقریباً ایک سے دو ہفتے تک لگی رہتی ہے اور پھر خود ہی اٹھ کر اتر جاتی ہے، اس لیے کچھ نکالنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔

آپریشن کے بعد

جب آپ جاگیں گے تو آپ ریکوری روم میں ہوں گے، پھر وارڈ میں منتقل ہوں گے۔ اس آپریشن کے بعد زیادہ تر مریض ہسپتال میں ایک یا دو راتیں رہتے ہیں۔ آرام کے لیے آپ کا بازو ایک سادہ سلنگ (sling)، یعنی گلے سے لٹکی وہ پٹی جو بازو کو سہارا دیتی ہے، میں رہے گا۔ ورزشوں اور نہانے دھونے کے لیے اسے اتارا جاتا ہے۔ آپ کے آپریشن تھیٹر سے نکلنے سے پہلے ہی آپ کے درد پر قابو کا منصوبہ بنایا جاتا

ہے، اور آپ کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم بار بار دیکھتی رہے گی کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں اور ضرورت کے مطابق تبدیلیاں کرے گی۔ ہم زخم کی بچی 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 کو دیکھیں گے تو اسے بدلیں گے یا اتار دیں گے۔ عام طور پر ایک فزیو تھراپسٹ وارڈ میں آپ کو دیکھے گا تاکہ بالکل حرکتیں شروع کی جا سکیں۔ براہ کرم انتظام کریں کہ گھر جانے کے بعد پہلے 24 گھنٹے کوئی آپ کے ساتھ رہے۔

صحت یابی

ہر شخص کی صحت یابی کا اپنا راستہ ہوتا ہے، اور آپ کا وقت مختلف ہو سکتا ہے۔ ہر ملاقات پر آپ کے سرجن اور فزیو تھراپسٹ آپ کی رہنمائی کریں گے۔

پہلے دنوں اور ہفتوں میں کندھے کے گرد کچھ درد اور سوجن کی توقع رکھیں۔ زیادہ تر لوگوں میں یہ آہستہ آہستہ کم ہو جاتی ہے۔ آپ کی ٹیم ہسپتال سے آپ کے جانے سے پہلے درد سے آرام کا منصوبہ بنانے کی اور ضرورت کے مطابق اسے بدلے گی۔ بہت سے لوگ ایک سادہ منصوبے سے اچھی طرح گزارا کر لیتے ہیں جس میں اوپینونڈ درد کش دوا شامل نہیں ہوتی۔ ورزشوں کے درمیان بازو کو سلنگ میں رکھنے سے آرام ملتا ہے۔ آرام، فزیو تھراپسٹ کی بتائی ہوئی ہلکی حرکت، اور منصوبے پر عمل کرنے سے تکلیف کم ہوگی۔

عام طور پر ایک فزیو تھراپسٹ وارڈ میں آپ کو دیکھے گا تاکہ بالکل حرکتیں شروع کی جا سکیں۔ گھر پر آپ ہدایت کے مطابق یہ ورزشیں کرتے رہیں گے۔ ورزشوں اور نہانے دھونے کے لیے سلنگ اتاری جاتی ہے۔ شروع میں آپ کو کچھ روزمرہ کاموں میں مدد کی ضرورت ہوگی، جیسے کپڑے پہنا، کیونکہ آپریشن والا بازو محدود ہو گا۔ شروع میں نیند متاثر ہو سکتی ہے، لیکن زیادہ تر لوگوں کی نیند کندھا ٹھیک ہونے کے ساتھ بہتر ہو جاتی ہے۔

حرکت اور طاقت مرحلہ وار واپس آتی ہیں۔ جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے اور آپ کی حرکت بڑھتی ہے، روزمرہ کام آسان ہوتے جاتے ہیں۔ جب آپ کے سرجن آپ کو گاڑی چلانے کی اجازت دے دیں، جو عام طور پر چھ ہفتے والے معائنے پر ہوتا ہے، تو آپ دوبارہ گاڑی چلا سکتے ہیں۔ ہماری رہنمائی بازو اور ہاتھ کی سرجری کے بعد گاڑی چلانا دیکھیں۔ کام اور کھیل پر واپسی آپ کے کام، آپ کی سرگرمیوں اور آپ کے کندھے کے ٹھیک ہونے پر منحصر ہے۔ آپ کے سرجن اور فزیو تھراپسٹ ہر مرحلے پر آپ کو بتائیں گے کہ کیا محفوظ ہے۔

کیا مسائل پیدا ہو سکتے ہیں

زیادہ تر مریض اچھی طرح ٹھیک ہو جاتے ہیں، لیکن کبھی کبھار مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ آپ کے سرجن اور ٹیم آپ کی قریب سے نگرانی کرتے ہیں تاکہ کوئی بھی مسئلہ جلد پکڑا جا سکے۔

انفیکشن سب سے سنگین مسئلہ ہے جس پر نظر رکھنی ہے۔ یہ گہرے، دھڑکتے ہوئے درد کی صورت میں ظاہر ہو سکتا ہے جو عام درد کش دواؤں سے کم نہ ہو، زخم سے باہر کی طرف پھیلتی ہوئی سرخی، یا بخار۔ اگر آپ ان میں سے کوئی بھی علامت دیکھیں تو فوراً کلینک کو بتائیں۔ کچھ انفیکشن لمہینوں بعد ظاہر ہوتے ہیں، اس لیے اپنے معائنے پر کوئی بھی غیر معمولی بات بتائیں، چاہے وہ معمولی لگے۔

اس آپریشن کے بعد کسی رگ میں خون کا لو تھرا بن سکتا ہے۔ اس سے پنڈلی میں اچانک سوجن اور چھوٹنے پر درد ہو سکتا ہے۔ اگر اس لو تھرے کا کوئی ٹکڑا پھیپھڑوں تک پہنچ جائے تو آپ کو اچانک سانس پھولنا یا سینے میں تکلیف محسوس ہو سکتی ہے۔ اگر ایسا ہو تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

آپریشن کے دوران کندھے کے گرد اعصاب کھینچ سکتے ہیں یا ان پر ضرب لگ سکتی ہے۔ آپ کو اپنے بازو یا ہاتھ میں سن پن، جھنجھٹ یا کمزوری محسوس ہو سکتی ہے۔ ان میں سے بہت سے پوری طرح ٹھیک ہو جاتے ہیں، کچھ صرف جزوی طور پر۔ اپنے اگلے معائنے پر اس کا ذکر کریں تاکہ اس پر نظر رکھی جا سکے۔

نئے جوڑ کے قریب فیکچر (ہڈی کا ٹوٹنا) عام نہیں لیکن ہو سکتا ہے، چاہے آپریشن کے دوران یا بعد میں۔ آپ کو تیز درد محسوس ہو گا اور آپ بازو کو معمول کے مطابق ہلا نہیں سکیں گے۔ اگر ایسا ہو تو کلینک کو فون کریں۔

مصنوعی پرزے وقت کے ساتھ ڈھیلے ہو سکتے ہیں۔ یہ عموماً درد کے واپس آنے کی صورت میں محسوس ہوتا ہے، کبھی کبھی کندھے میں کلک ہونے یا رگڑ کے احساس کے ساتھ۔ اپنے معائنے پر اس کا ذکر کریں، کیونکہ اسکین سے پتا چل سکتا ہے کہ کیا ہو رہا ہے۔

کندھا اکڑ بھی سکتا ہے یا اس میں ڈھیلا پن (instability) آ سکتا ہے، یا نئے پرزے اپنی جگہ سے نکل سکتے ہیں۔ آپ کو اچانک حرکت ختم ہوتی محسوس ہوگی، یا ایسا لگے گا کہ جوڑ اپنی جگہ سے ہٹ گیا ہے۔ بلاتاخیر کلینک سے رابطہ کریں۔

اگر آپ کے کندھے کی پہلے بھی سرجری ہو چکی ہے تو ان میں سے کچھ خطرات زیادہ ہوتے ہیں۔ آپ کے سرجن آپریشن سے پہلے آپ سے اس پر بات کریں گے۔

اگر آپ تفصیل جاننا چاہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کا جدول عام شرحیں دکھاتا ہے۔

ہمیں کب فون کریں

اپنے احساس پر بھروسہ کریں۔ اگر کچھ ٹھیک نہ لگے تو ہم سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کو بخار ہو، زخم پر بڑھتی ہوئی سرخی ہو یا زخم سے رطوبت کا اخراج ہو، یا ایسا درد ہو جو بڑھتا ہی جائے تو کلینک کو فون کریں۔ اگر آپ کی پینٹلی میں اچانک سوجن ہو، سانس پھولے، یا سینے میں تکلیف ہو تو ہسپتال کی ایمرجنسی جانیں۔ یہ خون کے لو تھڑے کی علامات ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ کے بازو یا ہاتھ میں احساس ختم ہو جائے، یا آپ اسے بالکل ہلانہ سکیں تو فوراً ہمیں فون کریں۔ زیادہ تر مسائل جلدی پکڑے جائیں تو انہیں حل کرنا آسان ہوتا ہے۔

اس مسئلے کے بارے میں مزید کہاں پڑھیں

یہ صفحہ خود آپریشن کے بارے میں ہے۔ جس مسئلے کا یہ علاج کرتا ہے، اور شواہد اس بارے میں کیا بتاتے ہیں کہ سرجری کب فائدہ دیتی ہے اور کب نہیں، اس کی مزید تفصیل **کندھے کا آرتھرائس** والے صفحے پر ہے۔