



کلائی کے کینڈگلیٹن سسٹ کو نکالنے کا آپریشن (Wrist) (ganglion excision)

کلائی کی پشت کا ایک عام کینڈگلیٹن سسٹ: سیال سے بھری ایک سخت، ہموار گانٹھ جو کلائی کے چھوٹے جوڑوں میں سے کسی ایک سے نکلتی ہے۔ آپریشن میں سسٹ کو اس ڈنڈی سمیت نکالا جاتا ہے جو اسے واپس جوڑ سے ملائی ہے، جس سے اس کے دوبارہ ہونے کا امکان کم ہو جاتا 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 کی حالت کے مطابق سب سے کم چیر پھاڑ والے طریقوں سے آغاز کرتے ہیں۔ کلائی کا کینڈگلیٹن سسٹ (ganglion) کلائی کے جوڑے کے قریب سیال سے بھری ایک گانٹھ ہے۔ اسے نکالنے کو ایکسیژن (excision) کہتے ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے فیملی ڈاکٹر (GP) ریفرل (referral) دے کر ہمارے کلینک بھیجتے ہیں؛ اگر کسی فزوتھراپسٹ نے آپ کو ہمیں دکھانے کا مشورہ دیا ہے، تب بھی میڈیکر (Medicare) سے رقم کی واپسی (rebate) کا اہل ہونے کے لیے آپ کو اپنے فیملی ڈاکٹر سے ریفرل لینا ہوگا۔ ملاقات پر ہم آپ سے آپ کی تکلیف کی تفصیل پوچھتے ہیں، آپ کی کلائی کا معائنہ کرتے ہیں، اور ضرورت ہو تو اسکلین کرواتے ہیں۔

کلائی کے زیادہ تر کینڈگلیٹن کا پہلا علاج سرجری کے بغیر کیا جاتا ہے۔ ہم عموماً سرگرمیوں میں تبدیلی، ہینڈ تھراپی (ہاتھ کی بحالی کے ماہر سے علاج)، اسپلنٹ (splint) یا گانٹھ کو سونے سے خالی کرنا آزما تے ہیں۔ جب ان اقدامات سے آپ کو کافی بہتری نہ ملے تو اگلا قدم سرجری ہوتا ہے۔ کلائی کے تقریباً 40 فیصد کینڈگلیٹن پہلے 6 سال میں خود ہی سکڑ جاتے ہیں، اس لیے شروع میں انتظار کرنا اکثر مناسب ہوتا ہے۔ گانٹھ کو سونے سے خالی کرنے سے عموماً اس کا واپس آنا نہیں رہتا، جبکہ سرجری سے نکالنے کے بعد گانٹھ کے دوبارہ ہونے کی شرح تقریباً 10 فیصد ہے۔ آپریشن کا مقصد گانٹھ کو نکالنا اور آپ کا درد کم کرنا ہے تاکہ آپ کی کلائی دوبارہ اچھی طرح کام کرے۔

آپریشن سے پہلے

زیادہ تر لوگوں کو بہت کم تیاری کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ کو بتایا جائے گا کہ سرجری سے 7 گھنٹے پہلے سے کچھ نہ کھائیں اور نہ پیئیں۔ ہم عام 6 گھنٹے اس لیے کہتے ہیں تاکہ اگر آپریشن کی فہرست وقت سے پہلے چل رہی ہو تو آپ کو پہلے بلایا جاسکے۔ آپ کے سرجن آپ کو بتائیں گے کہ کون سی دوائیں کب بند کرنی ہیں، اور آپ جو کچھ بھی لیتے ہیں اس کی فہرست ساتھ لائیں۔ بعد میں آپ کو گھر لے جانے کے لیے کسی کا بندوبست کریں جو گاڑی چلانے، اور ڈھیلے، آرام دہ کپڑے پہنیں۔ ہو سکتا ہے آپریشن کی منصوبہ بندی کے لیے ایکسپریس، الٹراساؤنڈ یا ایم آر آئی اسکلین پہلے ہی ہو چکا ہو۔ اگر آپ کو دوسری طبی بیماریاں ہیں تو آپ کو خون کے ٹیسٹ یا بے ہوشی کے ڈاکٹر (anaesthetist) سے معائنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

آپریشن کے دن

آپ ہسپتال کے سرجری کے داخلے کے شعبے میں پہنچتے ہیں، جہاں آپ کا اندراج ہوتا ہے اور آپ کو آپریشن تھیٹر کے لیے تیار کیا جاتا ہے۔ وہیں آپ کی ملاقات بے ہوشی کے ڈاکٹر سے ہوتی ہے۔ یہ آپریشن جنرل اینسٹھیذا (مکمل بے ہوشی) میں کیا جاتا ہے۔ آپریشن کے دوران آپ بوری طرح بے ہوش ہوں گے۔ کچھ مریضوں کو آپریشن کے بعد درد میں آرام کے لیے اعصابی بلاک (nerve block)، یعنی ایک انجکشن جو جسم کے ایک حصے کو سُن کر دیتا ہے، بھی دیا جاسکتا ہے؛ بے ہوشی کے ڈاکٹر آپ کے انفرادی حالات کو دیکھ کر اسی دن اس کا فیصلہ کرتے ہیں۔ پھر آپ کو آپریشن تھیٹر میں لے جایا جاتا ہے، جہاں آپریشن کیا جاتا ہے۔

آپ ریکوری روم میں جاگتے ہیں، جہاں بے ہوشی کا اثر ختم ہونے تک نرسیں آپ کی نگرانی کرتی ہیں۔ جب آپ کی حالت مستحکم ہو جائے تو آپریشن اور آپ کی صحت یابی کے لحاظ سے آپ یا تو وارڈ میں جاتے ہیں یا گھر۔ زیادہ تر لوگ اسی دن گھر چلے جاتے ہیں۔ اگر آپ گھر جائیں تو، جیسا کہ سرجری سے پہلے طے کیا گیا تھا، کسی اور کو ہی گاڑی چلا کر آپ کو لے جانا ہوگا۔ جانے سے پہلے آپ کو کلائی کی دیکھ بھال اور اگلے معائنے کے بارے میں ہدایات دی جائیں گی۔

آپریشن میں کیا کیا جاتا ہے

آپریشن میں کینڈلین، یعنی سپال سے بھری گانٹھ، کو اس چھوٹی ڈنڈی سمیت نکالا جاتا ہے جو اسے کلائی کے جوڑے سے ملاتی ہے۔ اس ڈنڈی کو نکالنا اہم ہے، کیونکہ اگر یہ پیچھے رہ جائے تو گانٹھ کے دوبارہ بننے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔

سرجن کہاں کام کریں گے، یہ اس پر منحصر ہے کہ گانٹھ کہاں ہے۔ کلائی کی پشت کی گانٹھ کے لیے آپریشن دو یا تین چھوٹے سوراخ نما چروں (keyhole cuts) سے کیا جاتا ہے، جن میں سے ہر ایک تقریباً 1 سینٹی میٹر لمبا ہوتا ہے۔ ایک پتلا کیمرہ کلائی کے جوڑے میں ڈالا جاتا ہے تاکہ سرجن اندر دیکھ سکیں اور گانٹھ اور اس کی ڈنڈی کو نکال سکیں۔ کلائی کی ہتھیلی والی طرف کی گانٹھ کے لیے آپریشن گانٹھ کے اوپر ایک کھلے چیرے سے کیا جاتا ہے۔ سرجن احتیاط سے گانٹھ کو آس پاس کے حصوں سے الگ کرتے ہیں۔ ہتھیلی والی طرف گانٹھ اکثر اس شریان کے قریب ہوتی ہے جو ہاتھ کو خون پہنچاتی ہے، اور بھی بھی اس کے گرد پٹی ہوتی ہے، اس لیے آپریشن کا یہ حصہ آہستہ اور نرمی سے کیا جاتا ہے۔ آپ کے سرجن پہلے سے یہ بھی جانچ لیں گے کہ ہاتھ کی دونوں بڑی شریانوں کے ذریعے ہاتھ میں خون کا بہاؤ ٹھیک ہے۔

گانٹھ نکالنے کے بعد چروں کو ٹانگوں سے بند کر دیا جاتا ہے۔ اوپر زخم کی پٹی لگائی جاتی ہے، اور آپ یہ پٹی تقریباً 10 دن تک لگی رہنے دیتے ہیں۔ آپ کے سرجن آپ کو کلائی کو جلد حرکت دینا شروع کرنے کی ترغیب دیں گے، سرجری کے بعد پہلے 2 ہفتوں کے اندر، کیونکہ ہلکی حرکت الٹاؤ سے بچانے میں مدد دیتی ہے۔

آپریشن کے بعد

یہ عموماً ایک دن کا آپریشن ہوتا ہے، اس لیے آپ اسی دن گھر جانے کی توقع رکھ سکتے ہیں، اگرچہ کبھی کبھار مریض رات بھر ٹھہرتے ہیں۔ پہلے 24 گھنٹے کسی کو آپ کے ساتھ رہنا چاہیے۔ چروں کے آس پاس آپ کو کچھ درد محسوس ہو سکتا ہے؛ عام درد کش دوا سے عموماً یہ ٹھیک ہو جاتا ہے۔ آرام کرتے وقت سوجن کم کرنے کے لیے اپنا ہاتھ ٹیکے پر اونچا رکھیں۔ جیسے ہی آپ خود کو سنبھلا ہوا محسوس کریں، گھر میں چل پھر سکتے ہیں، اور کلائی کو جلد ہلکی حرکت دینے کی ترغیب دی جاتی ہے۔ ہم پٹی تقریباً 10 دن تک لگی رہنے دیتے ہیں؛ جب تک ہم نہ کہیں، اس سے پہلے اسے نہ اتاریں۔ جب ہم آپ کو دیکھتے ہیں تو اسے بدل دیتے ہیں یا اتار دیتے ہیں۔ زیادہ تر لوگ دو سے تین ہفتوں کے اندر، جب وہ اسٹینڈنگ آرام سے پکڑ سکیں، دوبارہ گاڑی چلانے لگتے ہیں۔

صحت یابی

پہلے چند دن آپ کی کلائی میں درد ہو گا اور چیلوں کے آس پاس تھوڑی سوجن ہو گی۔ عام درد کش دوا سے عموماً یہ ٹھیک ہو جاتا ہے، اور ہاتھ کو تلیے پر اونچا رکھنے سے سوجن کم ہونے میں مدد ملتی ہے۔ پہلے دو ایک ہفتوں میں تکلیف مسلسل کم ہوتی جاتی ہے۔

آپ اپنی تقریباً 10 دن تک لگی رہنے دیں گے، اور جب ہم آپ کو دیکھتے ہیں تو اسے بدل دیتے ہیں یا اتار دیتے ہیں۔ کلائی کی ہلکی حرکت جلد پہلے 2 ہفتوں کے اندر، شروع ہو جاتی ہے، کیونکہ جلد حرکت دینے سے الزاؤ سے بچنے میں مدد ملتی ہے۔ سرجری کے بعد ہینڈ تھراپی Extend Rehabilitation میں Ruby Doolan کے ساتھ ہوتی ہے۔ آپ کے ہینڈ تھراپسٹ آپ کی ورزشوں میں رہنمائی کریں گے اور حرکت اور گرفت کی واپسی کے ساتھ ساتھ انہیں جانچتے رہیں گے۔ جیسے ہی آپ خود کو سنبھلا ہوا محسوس کریں، تھریں چل پھر سکتے ہیں، اور جتنا آرام سے ہو سکے ہلکے کاموں کے لیے ہاتھ استعمال کریں گے۔

جیسے جیسے سوجن کم ہوتی ہے، روزمرہ کے کام آسان ہوتے جاتے ہیں۔ جب آپ بغیر درد کے پکڑ سکیں گے تو لکھنا، کھانا اور کپڑے پہننا دوبارہ معمول کے مطابق کرنے لگے گا۔ گاڑی چلانا عموماً دو سے تین ہفتوں کے اندر دوبارہ شروع ہو جاتا ہے، جب زخم میں تکلیف نہ رہے اور آپ آرام سے اسٹینڈنگ پکڑ سکیں؛ ہمارا صفحہ "بازو اور ہاتھ کی سرجری کے بعد گاڑی چلانا" دیکھیں۔ حرکت اور طاقت واپس آنے کے ساتھ زیادہ تر لوگ اپنے معمول کے کام اور سرگرمیوں پر واپس آ جاتے ہیں۔

صحت یابی ہر شخص میں مختلف ہوتی ہے، اس لیے آپ کا وقت مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کے سرجن اور ہینڈ تھراپسٹ ہر ملاقات پر آپ کی رہنمائی کریں گے، اور جیسے جیسے آپ کی کلائی ٹھیک ہوتی ہے، آپ مسلسل بہتری کی توقع رکھ سکتے ہیں۔

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 آپ کی قریب سے نگرانی کرتے ہیں تاکہ کسی بھی نرسنلے کو جلد پہچان سکیں۔

سرجری کے بعد گانٹھ دوبارہ بن سکتی ہے۔ ہو سکتا ہے آپ دیکھیں کہ ویسا ہی نرم ابھار کلائی کے قریب واپس آ رہا ہے، کبھی کبھی ہفتوں یا مہینوں بعد۔ اگر آپ اسے واپس آتا دیکھیں یا محسوس کریں تو اپنے اگلے معائنے پر اس کا ذکر کریں۔ اگر اسے مزید علاج کی ضرورت ہو تو آپ کے سرجن آپ کو مختلف راستوں کے بارے میں بتا سکتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو آپریشن کے بعد کلائی میں درد رہ جاتا ہے۔ اس کا امکان زیادہ ہے اگر سرجری سے پہلے آپ کی کلائی میں درد تھا، یا اگر آپ کے کام یا تھیل میں کلائی کو زور کے ساتھ پیچھے کی طرف موڑنا پڑتا ہے۔ یہ درد گہری دھن جیسا محسوس ہو سکتا ہے جو کام کاج سے بڑھ جاتی ہے اور عام درد کش دواؤں سے پوری طرح ٹھیک نہیں ہوتی۔ کچھ لوگوں کو یہ بھی لگتا ہے کہ ان کا ہاتھ اتنی آسانی سے کام نہیں کرتا جتنی انہیں امید تھی، اور گرفت یا روزمرہ کے کام پہلے سے مشکل محسوس ہوتے ہیں۔ اگر ابتدائی بحالی کے عرصے کے بعد بھی درد یا کمزوری باقی رہے تو معائنے پر اپنے سرجن کو بتائیں تاکہ ہینڈ تھراپی یا دوسرے اقدامات پر غور کیا جاسکے۔

کلائی کی پشت پر دور بین کے ذریعے آپریشن کے دوران انگلیاں سیدھی کرنے والے ٹینڈنوں کو نقصان ایک نایاب مسئلہ ہے۔ آپ اسے ایک یا زیادہ انگلیاں سیدھی کرنے میں دشواری، یا کسی ایسی انگلی سے پہچانیں گے جو باقی انگلیوں سے پیچھے لگی ہو۔ اگر آپ کوئی انگلی ٹھیک سے سیدھی نہ کر سکیں تو فوراً کلینک سے رابطہ کریں۔

کلائی کی ہتھیلی والی طرف کی گانٹھ کے لیے کچھ نایاب مسائل ایسے ہیں جو اس بات سے جڑے ہیں کہ گانٹھ ہاتھ کو خوب پیچھے ہٹانے والی شریان کے قریب ہوتی ہے۔ خطرے کی علامت میں ہاتھ کا سفید پڑ جانا، نیلا پڑ جانا یا معمول سے ٹھنڈا لگنا، یا ایسا سن پن اور جھنجھناہٹ شامل ہیں جو ٹھیک نہ ہو۔ اگر آپ ان میں سے کچھ بھی دیکھیں تو انتظار کرنے کے بجائے ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

اگر آپ تفصیلات جاننا چاہتے ہیں تو اس صفحے پر پیچیدگیوں کا جدول عام شرحیں دکھاتا ہے۔

ہمیں کب فون کریں

اگر آپ کو بخار ہو، یا چھروں کے آس پاس کی جلد زیادہ سرخ یا سوجی ہوئی ہو جائے یا اس سے رطوبت رسنے لگے تو ہمیں فون کریں۔ اگر آپ کا درد کم ہونے کے بجائے بڑھتا ہی جائے، یا آپ کوئی انگلی سیدھی نہ کر سکیں تو ہمیں فون کریں۔ اگر آپ کا ہاتھ سفید پڑ جائے، نیلا ہو جائے یا ٹھنڈا محسوس ہو، اگر ہاتھ میں احساس ختم ہو جائے، یا آپ اسے حرکت نہ دے سکیں تو ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ اگر آپ کی پنڈلی میں سوجن ہو یا سانس پھولے تو بھی ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔

اس مسئلے کے بارے میں مزید کہاں پڑھیں

صفحہ خود آپریشن کے بارے میں ہے۔ جس بیماری کا یہ علاج کرتا ہے، بشمول اس کے کہ شواہد کیا بتاتے ہیں کہ سرجری کب مدد کرتی ہے اور کب نہیں، اس کی مزید تفصیل **کلانی کا لینگکین سسٹم** کے صفحے پر ہے۔