Punjabi

ਚੂਲ਼ੇ ਦੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ
Hip Surgeries

ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ

ਚੂਲ਼ੇ ਦਾ ਜੋੜ "ਬਾਲ ਐਂਡ ਸੌਕੇਟ" ਕਿਸਮ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - ਅਜਿਹਾ ਜੋੜ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗੇਂਦ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਦੀ ਹੱਡੀ ਇੱਕ ਖੋਲ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ਕਈ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਪੱਟ ਦੀ ਹੱਡੀ (ਫ਼ੀਮਰ) ਦਾ ਗੋਲ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਡੂ ਵਿਚਲੇ ਇੱਕ ਖੋਲ (ਐਸੀਟਾਬੁਲਮ) ਵਿੱਚ ਹਰਕਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਬਦਲ ਦੇਣ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਸਰਜਨ ਇਸ ਜੋੜ ਨੂੰ ਧਾਤ ਦੇ ਬਣੇ ਇੱਕ ਨਕਲੀ ਜੋੜ ਨਾਲ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਪੱਟ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਉੱਪਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਧਾਤ ਦੀ ਇੱਕ ਬਾਲ ਨਾਲ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰਤ-ਚੜਿਆ ਅਤੇ ਸਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਢਲਿਆ ਇੱਕ ਢਾਂਚਾ ਇਸ ਖੋਲ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਧਾਤ ਦੀ ਬਣੀ ਬਾਲ ਇਸ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਫਿੱਟ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਕਾਰਵਾਈ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਕਰੀਬਨ ਦੋ ਘੰਟੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਕੱਲ ਦੇ ਨਕਲੀ ਜੋੜ ਬਿਹਤਰ ਕਾਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ 25 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤਕ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਦ 2 ਤੋਂ 3 ਰਾਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਰਹਿਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਨੋਟ ਕਰਨ ਲਈ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੀ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਦਰਦ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਫ਼ਿਜ਼ਿਓਥੈਰਾਪਿਸਟ ਅਤੇ ਅੱਕੂਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰਾਪਿਸਟ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਖਣਗੇ। ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰਾਪਿਸਟ ਸਮੁਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਦੱਸੇਗਾ ਅਤੇ ਅੱਕੂਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰਾਪਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਜ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਵੇਗਾ।

ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਾਕਰ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਖੜੇ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਗਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਫਹੁੜੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜੋਂ-ਉਤਰੋਂਗੇ। ਇਹ ਉਮੀਦ ਰੱਖੋ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਤਕ ਤੁਰਨ ਲਈ ਫਹੁੜੀਆਂ ਜਾਂ "ਵਾਕਰ" ਵਰਤਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰੋ।

ਪੀੜ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਵੋਂਗੇ। ਪੀੜ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪੀੜ ਸਹਿ ਜਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ; ਪੀੜ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣਾ ਜੋੜ ਹਿਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬਾਕਾਇਦਗੀ ਨਾਲ ਕਸਰਤ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਰੀਰਕ ਪੱਖੋਂ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਦੌਰਾ ਵਧਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਖ਼ੂਨ ਜੰਮ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਜੋੜ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣੀ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜਿਵੇਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਝੁੱਕਣ ਜਾਂ ਚੌਕੜੀ ਮਾਰ ਕੇ ਬੈਠਣ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਦ ਕਸਰਤ ਜਾਂ ਮੁੜ-ਵਸੇਬੇ ਬਾਰੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਪੁੱਛਣੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫ਼ਿਜ਼ਿਓਥੈਰਾਪਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੀ।

ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਇਹੋ ਸਰਜਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਰਹੇਗੀ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- ਚੂਲ਼ੇ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੜ੍ਹੋ। (ਇਹ ਪਰਚਾ OASIS ਦੀ ਵੈਬ-ਸਾਈਟ ਤੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ)

ਚੂਲ਼ੇ ’ਤੇ ਨਵੀਂ ਪਰਤ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ

ਚੂਲ਼ੇ ’ਤੇ ਨਵੀਂ ਪਰਤ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਕਾਰਟੀਲੇਜ ਜਾਂ ਨਰਮ ਹੱਡੀ ਦੇ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਹਿੱਸੇ ਜੋੜ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰਜਨ ਪੱਟ ਦੀ ਹੱਡੀ (ਫ਼ੀਮਰ) ਦੇ ਸਿਰੇ ਅਤੇ ਚੂਲ਼ੇ ਦੇ ਖੋਲ (ਐਸੀਟਾਬੁਲਮ) ਤੋਂ ਨਰਮ ਹੱਡੀ ਦੇ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਟੁਕੜੇ “ਖੁਰਚ ਕੇ ਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ” ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਘੱਟ ਦਰਦ ਨਾਲ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਿਰ ਇੱਕ ਪਰਤ ਹੱਡੀ ਦੇ ਉੱਪਰੋਂ ਇਸ ਖੋਲ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਜੋੜ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਥਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਜੋੜ ’ਤੇ ਹੀ ਨਵੀਂ ਪਰਤ ਚੜਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲੇਖਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਮਾਮੂਲੀ ਸਰਜਰੀ ਹੈ। ਸੱਚ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਜਿੰਨੀ ਹੀ ਜੁਗਤ ਲਗਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ’ਤੇ ਨਵੀਂ ਪਰਤ ਚੜਾਉਣ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਥੋੜੇ ਚਿਰ ਲਈ ਹੀ ਗਠੀਏ ਦੇ ਦਰਦ (ਔਸਟਿਓਆਰਥਰਾਈਟਸ ਪੇਨ) ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦਿਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੀ।