घुटनों की तकलीफ से छुटकारा दिलाए

आंशिक नी रिप्लेसमेंट

घुटने मानव शरीर का सबसे बड़ा जॉइंट या जोड़ हैं। शरीर के भार का सबसे अधिक दबाव भी इन्हीं पर पड़ता है। आज घुटनों की खराबी एक आम समस्या बन गई है। एक अनुमान के अनुसार, घुटनों की खराबी से जूझ रहे 40 प्रतिशत लोगों को घुटना प्रत्यारोपण की आवश्यकता होती है, इनमें से 30 प्रतिशत की समस्या आंशिक घुटना प्रत्यारोपण से ठीक हो जाती है। क्या है यह प्रत्यारोपण या नी रिप्लेसमेंट, जानकारी देता आलेख

घुटनों में दर्द, कड़ापन और मूवमेंट प्रभावित होने के कारण जीवन की गुणवत्ता प्रभावित होती है, जिसे ठीक करने के लिए नी रिप्लेसमेंट को सबसे प्रभावी और स्थायी उपचार माना जाता है। सर्जरी के द्वारा क्षतिग्रस्त भाग को निकालकर धातु या अत्यधिक कड़े प्लास्टिक के इम्प्लांट से बदल दिया जाता है। इस आर्टिफिशियल जॉइंट (प्रोस्थेसिस) से दर्द कम करने और घुटने की कार्यप्रणाली सुधारने में सहायता मिलती है। अधिकतर मरीजों को पूरे घुटने के प्रत्यारोपण की जरूरत नहीं होती है, उनके लिए आंशिक घुटना प्रत्यारोपण आसान और बेहतर रहता है। इसमें मरीज रिकवर भी जल्दी करता है और सर्जरी के बाद उसी दिन या अगले दिन घर जा सकता है।

कितनी कारगर है यह सर्जरी

घुटनों का जोड़ तीन छोटे-छोटे भागों का समूह होता है; आंतरिक (मीडियल), बाहरी (लेटरल) और नी-कैप (पटेला-फेमोरल)। ऑस्टियो आर्थ्राइटिस में टूट-फूट एक विशेष स्थान तक ही सीमित रहती है, जो सामान्यता आंतरिक भाग में होती है। पूरे घुटने के बजाय जो भाग क्षतिग्रस्त होता है, उसे सर्जरी के द्वारा बदला जाता है।

किसी भी मरीज को पूर्ण घुटना प्रत्यारोपण का निर्णय लेने से पहले आंशिक घुटना प्रत्यारोपण के बारे में सोचना चाहिए। अगर कुछ समस्या भी होती है, तो आंशिक घुटना प्रत्यारोपण को संपूर्ण घुटना प्रत्यारोपण में बदलना आसान होता है और वैसे ही परिणाम आते हैं, जैसे प्राथमिक पूर्ण घुटना प्रत्यारोपण के।

क्यों जरूरी हो जाती है सर्जरी

जब आपके घुटनों में इतना दर्द हो कि आप अपने रोजमर्रा के काम भी सामान्य रूप से न कर पाएं, घुटनों के दर्द के कारण रात को सोने में भी परेशानी हो, तो घुटनों को पहुंची क्षति को जानने के लिए एक्स-रे, सीटी स्कैन, एमआरआई कराया जाता है। अगर समस्या गंभीर नहीं है, तो नॉन सर्जिकल उपचारों से आराम मिल सकता है। लेकिन अगर आपके घुटनों में बहुत तकलीफ है, जिसे सर्जरी के बगैर ठीक नहीं किया जा सकता, तो ऑर्थोस्कोपिक सर्जरी, आंशिक घुटना प्रत्यारोपण सर्जरी (पार्शियल नी रिप्लेसमेंट सर्जरी), पूर्ण घुटना प्रत्यारोपण सर्जरी (टोटल नी रिप्लेसमेंट सर्जरी) में से कोई एक विकल्प चुना जा सकता है।

नी रिप्लेसमेंट या नी ऑर्थ्रोप्लास्टी आपको घुटनों के दर्द से आराम पाने और घुटनों की सामान्य कार्यप्रणाली आसानी से करने में सहायता कर सकता है। इस सर्जरी में क्षतिग्रस्त हड्डी और कार्टिलेज को निकाल दिया जाता है और इसे कृत्रिम जोड़ (प्रोस्थेसिस) से बदल दिया जाता है, जो मेटालिक अलॉय, हाई ग्रेड प्लास्टिक और पॉलीमर्स से बने होते हैं।

आपकी उम्र, वजन, सक्रियता का स्तर, घुटनों का आकार और आपके संपूर्ण स्वास्थ्य के आधार पर ही आपके लिए प्रोस्थेसिस और सर्जिकल तकनीक का चयन किया जाता है।

रोबोटिक आर्म मैको असिस्टेड पार्शियल नी सर्जरी

इस सर्जरी के द्वारा घुटनों का जो भाग क्षतिग्रस्त हुआ है, उसे बदल दिया जाता है, जबकि इसके आसपास की स्वस्थ हड्डी, मुलायम उतकों और लिगामेंट्स को छोड़ दिया जाता है। सर्जन, एक्स-रे और एमआरआई के द्वारा डायग्नोसिस करने के पश्चात ही पार्शियल नी रिप्लेसमेंट सर्जरी का निर्णय लेता है। मैको टेक्नोलॉजी सर्जन को प्रत्येक मरीज के लिए विशेष 3 डी मॉडल उपलब्ध कराती है, ताकि पहले से योजना बनाई जा सके। सर्जरी के दौरान सर्जन मैको रोबोटिक आर्म को मरीज के लिए तैयार विशेष प्लान के अनुसार गाइड करता है और घुटनों की बनावट के अनुसार इम्प्लांट को पोजीशन कर दिया जाता है। इस तकनीक से इम्प्लांट लगाने में कोई गड़बड़ी नहीं होती है और अलाइन्मेंट तथा बैलेंसिंग भी बिलकुल सही होता है। मरीज 3-4 सप्ताह में अपने काम फिर से शुरू कर सकता है, बिना किसी परेशानी के सभी गतिविधियां कर सकता है। जमीन पर बैठ सकता है, अपने घुटने मोड़ सकता है और स्वतंत्रतापूर्वक सारे काम कर सकता है।

आंशिक घुटना प्रत्यारोपण से लाभ

आंशिक घुटना प्रत्यारोपण सर्जरी आसान होती है और इसके परिणाम भी बहुत बेहतर मिलते हैं। इसके अलावा इससे कई और लाभ हैं-

- स्वस्थ हड्डियों को सुरक्षित रखना आसान होता है।
- जोड़ों की गति को सामान्य बनाए रखना संभव होता है।
- घुटनों के मूवमेंट को बेहतर बनाने में सहायता मिलती है।
- सर्जरी के बाद रिकवरी तेज होती है।
- सर्जरी के दौरान छोटे-छोटे चीरे लगाए जाते हैं, जिससे निशान कम पड़ते हैं।
- उतकों को कम नुकसान पहुंचता है।
- सर्जरी के दौरान दर्द कम होता है और खून भी कम निकलता है।

बाद की सावधानियां

आंशिक घुटना प्रत्यारोपण सर्जरी में रिकवरी पूर्ण घुटना प्रत्यारोपण की तुलना में तेजी से होती है, लेकिन आपको कुछ जरूरी सावधानियां जरूर बरतनी चाहिए।

- जो लोग शारीरिक रूप से कमजोर हैं या जिन्हें चलने में थोड़ी परेशानी हो रही है, वे 1-2 सप्ताह तक छड़ी या वॉकर की सहायता से चल सकते हैं।
- एक सप्ताह तक सीढ़ियों का इस्तेमाल न करें, इसके बाद आपको सीढ़ियां चढ़ने-उतरने में कोई परेशानी नहीं होगी।
- धूम्रपान करते हैं, तो तुरंत बंद कर दें, क्योंकि स्मोकिंग से हीलिंग और रिकवरी की प्रक्रिया धीमी होती है।
- डॉक्टर से नियमित रूप से संपर्क में रहें।
- घुटने के मूवमेंट को सामान्य करने के लिए 3-4 महीने तक फिजियोथेरेपी कराएं।

इन लोगों के लिए है बेहतर विकल्प

- घुटने के सभी भाग क्षतिग्रस्त नहीं हुए हों।
- आपको रूमेटाइट आर्थ्राइटिस या कोई इन्फ्लेमेटरी आर्थ्राइटिस नहीं है।
- आर्थ्राइटिस, ऑस्टियो-आर्थ्राइटिस या दूसरी समस्याओं के कारण आपके घुटनों को अधिक नुकसान नहीं पहुंचा हो।

(बीएलके सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल के सीनियर कंसल्टेंट एवं ऑर्थोपेडिक व जॉइंट रिप्लेसमेंट सर्जन डॉ. ईश्वर बोहरा से बातचीत पर आधारित)