Kalyani's Knee & Shoulder Clinic

कल्याणी घुटना एवम कंधा क्लिनिक

घुटने की आर्थ्रोस्कोपी

Knee Arthroscopy

रोगी जागरूकता | निदान और उपचार की की-होल विधि

अपॉइंटमेंट: 9554066663, 9554066664, 9219200378

पता: उमराहा मार्केट, वाराणसी

घुटने की आर्थ्रोस्कोपी क्या है? यह एक आधुनिक की-होल प्रक्रिया है, जिसमें छोटे छेदों से कैमरा और विशेष उपकरण घुटने के अंदर डाले जाते हैं। इससे डॉक्टर घुटने के अंदर की समस्या को साफ देखकर कई स्थितियों का निदान और उपचार कर सकते हैं।

क्यों महत्वपूर्ण है? आर्थ्रोस्कोपी कई मामलों में बड़े ऑपरेशन से बचाकर कम कट, कम दर्द, जल्दी रिकवरी और घुटने को बचाने में मदद करती है। मेनिस्कस, कार्टिलेज और लिगामेंट की सही समय पर मरम्मत लंबे समय तक घुटने की सेहत बचा सकती है।

किन समस्याओं में उपयोगी?

- मेनिस्कस फटना - लॉकिंग, क्लिकिंग या बार-बार दर्द।
- कार्टिलेज की चोट या छोटे कार्टिलेज दोष।
- ACL/PCL जैसी लिगामेंट चोटों का मूल्यांकन और पुनर्निर्माण।
- ढीले टुकड़े, सूजन वाली परत या घुटने में फंसने की समस्या।
- कुछ मामलों में अस्पष्ट दर्द, जब जांच और MRI के बाद भी स्पष्टता चाहिए।

सामान्य लक्षण

- घुटने में दर्द, सूजन या बार-बार पानी भरना।
- घुटने का अटकना, लॉक होना या सीधा न हो पाना।
- चलते समय क्लिक/कैचिंग या अस्थिरता।
- सीढ़ी चढ़ने, बैठने, खेल या दैनिक काम में परेशानी।
- पुरानी चोट के बाद लगातार दर्द या भरोसा कम होना।

कब जल्दी दिखाएं?

- अचानक चोट के बाद बहुत सूजन या चलने में असमर्थता।
- घुटना लॉक हो जाए या पूरा सीधा न हो।
- बार-बार घुटना मुड़ना/देना।
- खेल या काम पर लौटने में कठिनाई।

जांच और निदान

इतिहास: दर्द की जगह, चोट का तरीका, सूजन का समय, लॉकिंग, giving-way, खेल/काम की जरूरत और पुरानी चोट पूछी जाती है।
क्लिनिकल परीक्षण: सूजन, चाल, घुटने की गति, जोड़ की लाइन की कोमलता, मेनिस्कस परीक्षण और लिगामेंट स्थिरता देखी जाती है।
इमेजिंग: X-ray से हड्डी/आर्थराइटिस का पता चलता है। MRI से मेनिस्कस, कार्टिलेज और लिगामेंट की जानकारी मिलती है।
आर्थ्रोस्कोपिक मूल्यांकन: कुछ मामलों में कैमरे से सीधे देखकर समस्या की पुष्टि और उसी समय उपचार किया जा सकता है।

Diagnostic role - निदान में भूमिका

- घुटने के अंदर की संरचनाओं को सीधे देखने में मदद।
- मेनिस्कस, कार्टिलेज और लिगामेंट चोट की वास्तविक स्थिति समझना।
- MRI से छूटी या अस्पष्ट समस्या को स्पष्ट करना।
- सर्जरी की योजना को अधिक सटीक बनाना।

Therapeutic role - उपचार में भूमिका

- मेनिस्कस रिपेयर या जरूरत पड़ने पर आंशिक मेनिस्कस ट्रिमिंग।
- ACL/PCL reconstruction जैसी लिगामेंट सर्जरी।
- ढीले टुकड़े निकालना और कार्टिलेज उपचार।
- जोड़ की सफाई, सूजन वाली परत/adhesions का उपचार।

तकनीकी विवरण

प्रक्रिया कैसे होती है?

- आमतौर पर spinal/regional या general anaesthesia में की जाती है।
- घुटने में 2-3 छोटे पोर्टल/छेद बनाए जाते हैं।
- कैमरा स्क्रीन पर बड़ा दृश्य देता है और विशेष उपकरणों से उपचार किया जाता है।

घुटने को बचाने में कैसे मदद?

- मेनिस्कस को बचाना/रिपेयर करना लंबे समय तक घुटने के लिए महत्वपूर्ण है।
- कार्टिलेज चोट का जल्दी उपचार भविष्य में आर्थराइटिस का जोखिम कम कर सकता है।
- लिगामेंट स्थिरता बहाल करने से बार-बार giving-way और आगे

• अधिकांश प्रक्रियाएं डे-केयर या कम अस्पताल प्रवास में हो सकती हैं।	की क्षति घटती है। • सही रोगी चयन से बड़ा ऑपरेशन टालने या देर करने में मदद मिल सकती है।

उपचार विकल्प

समस्या	आर्थ्रोस्कोपी में संभावित उपचार	उद्देश्य
मेनिस्कस फटना	मेनिस्कस रिपेयर या चयनित हिस्से की ट्रिमिंग	दर्द, लॉकिंग कम करना; meniscus preservation
ACL/PCL चोट	लिगामेंट reconstruction/repair चयनित मामलों में	स्थिरता बहाल करना और cartilage/meniscus बचाना
कार्टिलेज दोष	चोंड्रोप्लास्टी, microfracture या cartilage procedure	जोड़ की सतह को संरक्षित करना
Loose bodies	ढीले टुकड़े निकालना	लॉकिंग/कैचिंग कम करना
Synovitis/adhesions	सफाई, synovectomy या release	दर्द, सूजन और stiffness कम करना

ऑपरेशन के बाद रिकवरी

चरण	मुख्य लक्ष्य	आगे बढ़ना किस पर निर्भर?
शुरुआती चरण	दर्द/सूजन नियंत्रण, सुरक्षित चलना, घुटने की गति	घाव, सूजन और प्रक्रिया के प्रकार पर
Strength phase	क्वाड्रिसेप्स/हैमस्ट्रिंग मजबूती और संतुलन	मांसपेशी ताकत और चाल पर
Activity phase	काम, सीढ़ी, बैठना और खेल की तैयारी	क्लिनिकल समीक्षा और physiotherapy goals पर

Kalyani's Knee & Shoulder Clinic

घुटने की आर्थ्रोस्कोपी, खेल चोट, मेनिस्कस/लिगामेंट और knee preservation guidance

Call: 9554066663 | 9554066664 | 9219200378

Address: Umaraha Market, Varanasi

नोट: यह जानकारी केवल रोगी शिक्षा के लिए है। अंतिम निदान और उपचार योजना orthopaedic consultation, clinical examination और उचित imaging के बाद व्यक्तिगत रूप से तय की जानी चाहिए।