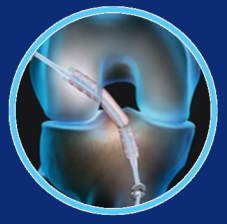
ACL தசைநார் காயம் கிழிவிற்கு தீர்வு என்ன ?

- ACL முழுவதும் கிழிந்தால், **ஆர்த்ரோஸ்கோப்பி** முறையில் எனப்படும் சிறிய கேமரா சிகிச்சை செய்யப்படுகிறது.
- அறுவை சிகிச்சையில், நோயாளியின் தொடை அல்லது முழங்காலில் இருந்து எடுக்கப்பட்ட **தசைநார், கிழிந்த ACL இருக்கும் இடத்தில் பொருத்தப்படுகின்றது.**
- அதை உறுதியாக வைக்க **BIOSCREWS** பயன்படுத்தப்படுகின்றன; அவை பின்னர் எலும்பில் கரைந்து விடும்,**எந்தத் தீங்கும் ஏற்படுத்தாது.**
- **சிகிச்சை மற்றும் நல்ல பிசியோதெரபியுடன்,** நோயாளி மீண்டும் **இயல்பான வாழ்க்கைக்கும் விளையாட்டுக்கும் திரும்பலாம்**

ஆர்த்ரோஸ்கோப்பி சிகிச்சையின் நன்மைகள்

- முழங்காலில் **சிறிய துளைகள்** மட்டுமே செய்யப்படும், பெரிய வெட்டு காயம் தேவையில்லை.
- **வலி குறைவு**
- **விரைவான குணமடைதல்**
- **விரைவில்** மீண்டும் தனது தினசரி இயல்பான செயல்களில் மீண்டும் ஈடுபட முடியும்.





ஏன் ஜெயம் மருத்துவமனையை தேர்வுசெய்ய வேண்டும்?

- **எலும்பியல், மூட்டு பாதுகாப்பு (Joint Preservation)** மற்றும் **தசைநார் காயங்கள் (Ligament Injuries)** சிறப்பு சிகிச்சை மையம்
- **அனுபவமிக்க நிபுணர் மருத்துவர்கள்** – ஆர்த்ரோஸ்கோப்பி (Arthroscopy) மற்றும் எலும்பியல் சிகிச்சையில் சிறப்பு கவனம்
- **நவீன, உயர்தர, இறக்குமதி** செய்யப்பட்ட ஆர்த்ரோஸ்கோப்பி உபகரணங்கள் கொண்டு சிகிச்சை
- **அனைத்து வகை காப்பீட்டுகள் (Insurance)** ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்
- **நோயாளி நலனையே** முதன்மையாகக் கொண்ட சிகிச்சை



மருத்துவர் ரவிச்சந்திரன்
MBBS.,M.S.Ortho.,D.Ortho.,
DNB Ortho



மரு.அரவிந்த் ரவிச்சந்திரன்
MBBS.,M.S.Ortho.,FASM (ISAKOS)

எங்களை தொடர்பு கொள்ள

ஜெயம் மருத்துவமனை
முகவரி: No. 3, அப்துல் கபர் கான் வீதி,
சின்னச் சோக்கியக்குளம் ,
மதுரை – 625002,

7010893812



ஜெயம் மருத்துவமனை





முழங்கால் தசைநார் காயம் - ACL

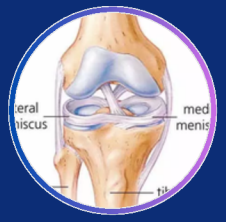
(Knee ACL Ligament Injury)

நோயாளி தகவல் சிற்றேடு

ACL தசைநார் என்றால் என்ன?

- முழங்கால் மூட்டில் நான்கு முக்கியமான தசைநாற்கள் (ligaments) உள்ளன.
- அதில் மிக முக்கியமானது **ACL தசைநார்** (Anterior Cruciate Ligament – ACL).
- இது முழங்காலின் நிலைத்தன்மையை (stability) காக்கிறது.
- **ஓடும்போது, தாவும்போது அல்லது திடீரென நிற்கும்போது** முழங்கால் சரியாமல் தடுக்கிறது.





ACL தசைநார் எப்படி கிழிகிறது?

- **விளையாட்டில்** திடீர் திசைமாற்றம் (கால்பந்து, கபடி, பாஸ்கெட்பால்).
- திடீர் **தாவல் அல்லது நிறுத்தம்.**
- **சாலை விபத்து** அல்லது **விழுதல்.**
- முழங்காலில் **நேரடி மோதி** தாக்குதல்.









ACL தசைநார் காயத்தின் அறிகுறிகள்

- காயம் நேர்ந்த உடனே **சடாக் / கிழிந்தது** போல ஓசை கேட்பது.
- முழங்காலில் விரைவில் **வீக்கம் வருதல்.**
- நடக்கும் போது அல்லது ஓடும்போது முழங்கால் **சமநிலை இல்லாமல் போவது.**
- வலி காரணமாக **தினசரி வேலைகளை அல்லது விளையாட்டை** தொடர முடியாமை.



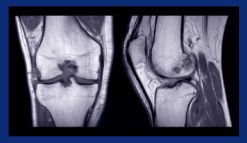
மேலே கூறிய அறிகுறிகளில் ஏதேனும் இருந்தால், உங்களுக்கு ACL தசைநார் காயம் இருக்கக்கூடும்.

உடனே மருத்துவரை அணுகுங்கள்.

ACL தசைநார் காயம் எப்படித் தெரிந்துகொள்வது?

- முதலில், மருத்துவர் உங்களை **பரிசோதிப்பார்.**
- அதன் பிறகு, **MRI Scan செய்வதன்** மூலம் ACL கிழிவு உறுதியாக **கண்டறியப்படும்.**
- **MRI-யில் ACL தவிர, மெனிஸ்கஸ் அல்லது பிற தசைநார்** காயங்களும் தெளிவாக தெரியும்.
- இந்த முடிவுகளின் அடிப்படையில், மருந்து மற்றும் உடற்பயிற்சி போதுமா அல்லது **அறுவைசிகிச்சை தேவைப்படுகிறதா என்று மருத்துவர் முடிவு செய்வார்.**





ACL தசைநார் காயத்தை கவனிக்காமல் விட்டால் என்ன ஆகும்?

- **முட்டிக்கால் வலி** தொடர்ந்து அதிகரிக்கும்
- நடக்கும் போது **தடுமாறும் நிலை** வரும்
- **மற்ற தசைநாற்கள்** மற்றும் மெனிஸ்கஸ் **கிழிவு ஏற்படும்.**
- **விரைவில் மூட்டு தேய்மானம்** (Arthritis) வரும் அபாயம் உண்டு.

