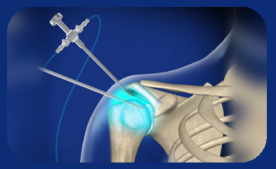
ஆர்த்ரோஸ்கோப்பி சிகிச்சையின் நன்மைகள்

- தோள்பட்டையில் **சிறிய துளைகள்** மட்டுமே செய்யப்படும், பெரிய வெட்டு காயம் தேவையில்லை
- **குறைந்த வலி** மற்றும் **விரைவான குணமடைதல்**
- **முழுமையான இயக்க சுதந்திரம்** மீண்டும் கிடைக்கும்.
- **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
எலும்பியல் மற்றும் மூட்டு மாற்று அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்



மரு.அரவிந்த் ரவிச்சந்திரன்
MBBS.,M.S.Ortho.,FASM (ISAKOS)
எலும்பியல் மற்றும் ஆர்த்ரோஸ்கோபிக் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்

எங்களை தொடர்பு கொள்ள

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

7010893812



ஜெயம் மருத்துவமனை





தோள்பட்டை தசைநார் கிழிவு

(Rotator cuff tear)

நோயாளி தகவல் சிற்றேடு

தோள்பட்டை தசைநார் (Rotator Cuff) என்றால் என்ன?

- தோள்பட்டை மூட்டைச் சுற்றி நான்கு முக்கிய தசைநார்கள் ஒரு குழுவாக அமைந்துள்ளன.
- இவையே உங்கள் கையைத் தூக்கவும், சுழற்றவும் உதவுவதோடு, தோள்பட்டை மூட்டை அதன் இடத்தில் நிலையாக வைத்திருக்கவும் உதவுகின்றன.
- இந்த தசைநார்களில் ஒன்றோ அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவையோ கிழிந்து போவதை "தோள்பட்டை தசைநார் கிழிவு" என்கிறோம்.

ஏன் தோள்பட்டை தசைநார் கிழிகிறது?

திடீர் காயம் –

- தோளில் பலமாக விழுதல் அல்லது கனமான பொருளை திடீரென தூக்குதல்.

படிப்படியான தேய்மானம் –

- வயதுடன் தசை நார்கள் பலவீனமடைவது
- ஒரே மாதிரியான வேலைகளை (பெயிண்டர், தச்சர் போன்றோர்) மீண்டும் மீண்டும் செய்வது
- இது 40 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களிடம் பொதுவாகக் காணப்படும்.



தோள்பட்டை தசைநார் கிழிவின் அறிகுறிகள்

- **தோள்பட்டை வலி**
- **கையின் அசைவு குறைவு** – உயரமாக தூக்க முடியாமை, பின்புறம் வைக்க முடியாமை
- **இரவில் வலி அதிகம்** – தூங்குவதற்கு இடையூறு
- **தினசரி வேலைகளில் சிரமம்** – உடை அணிதல், தலைமுடி சீவுதல், மேலே பொருள் எடுப்பது

மேலே கூறிய அறிகுறிகளில் ஏதேனும் இருந்தால், உங்களுக்கு உறைந்த தோள்பட்டை இருக்கக்கூடும்.

உடனே மருத்துவரை அணுகுங்கள்.

தோள்பட்டை தசைநார் கிழிவு எப்படி கண்டறியப்படுகிறது?

- முதலில் மருத்துவர் உங்கள் **தோள்பட்டையின் இயக்கத்தை பரிசோதிப்பார்.**
- அதன் பிறகு, **எக்ஸ்-ரே (X-Ray) மற்றும் எம்.ஆர்.ஐ (MRI)** பரிசோதனைகள் மூலம் உறுதி செய்யப்படுகிறது.
- MRI மூலம் கிழிவின் அளவும் நீளமும் தெரிந்து கொள்ளலாம். இதன் அடிப்படையில் சிகிச்சை திட்டம் – உடற்பயிற்சி அல்லது அறுவைச் சிகிச்சை தேவை என்பதைக தீர்மானிக்கப்படுகிறது.

உறைந்த தோள்பட்டைக்கு தீர்வு என்ன ?

- **தோள்பட்டை கிழிவு (Rotator Cuff Tear) க்கான சிறந்த சிகிச்சை அர்த்ரோஸ்கோபிக் தோள்பட்டை அறுவை சிகிச்சை (Arthroscopic Surgery) ஆகும்.**
- **கிழிந்த தசைநாணை மீண்டும் எலும்புடன் இணைக்க, தையல் மற்றும் "ஆங்கர்" (Suture Anchors) எனப்படும் சிறிய திருகுகள் பயன்படுத்தப்படும்.**
- **இந்த முறையில் வலி குறைவாக இருக்கும், தழும்பு சிறியதாக இருக்கும், மேலும் நீங்கள் விரைவாக குணமடையலாம்.**
- **அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின் 3 வாரங்கள் ஸ்லிங் (Sling) அணிய வேண்டும்.**
- **அதன்பிறகு பிசியோதெரபி பயிற்சியின் மூலம், 4 முதல் 6 மாதங்களில் உங்கள் தோள்பட்டை முழுமையாகக் குணமடைந்து இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பிவிடும்!**

