

১৫  
২০১৭

অস্টিওআর্থ্রাইটিসের ফলে ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে আপনার হিপ জয়েন্ট। অসহ্য ব্যথার হাত থেকে মুক্তির অন্যতম উপায় রিপ্লেসমেন্ট সার্জারি। জানাচ্ছেন অর্থোপেডিক ও রিপ্লেসমেন্ট সার্জন ডা. রাকেশ রাজপুত।



## হিপ জয়েন্ট রিপ্লেসমেন্ট

বয়স বাড়লে অস্টিওআর্থ্রাইটিসের ফলে উরুসন্ধির ক্ষয় হতে শুরু করে। হাড় ও উরুসন্ধির ক্ষয়ের প্রধান উপসর্গ হল ব্যথা। শুধু বয়স বাড়ার জন্যই নয়, বর্তমান জীবনযাত্রার ধরনও এর জন্য দায়ী। আর লাইফস্টাইলে গলদ থাকার দরুন অস্টিওআর্থ্রাইটিসের সমস্যা দেখা দিচ্ছে কম বয়সেই। ডাক্তারি পরিভাষায় একে বলে ডিজেনারেটিভ জয়েন্ট ডিজিট্রি বা ওয়ার আন্ড ডিয়ার আর্থ্রাইটিস। বয়স বাড়লে ব্যথার প্রকোপও বাড়ে। অস্টিওআর্থ্রাইটিসের ব্যথা মূলত শরীরের গুয়েট বিয়ারিং জয়েন্ট বা ভারবাহী হাড়েই হয়। আর অস্টিওআর্থ্রাইটিসের ফলে ব্যাপকভাবে

প্রভাবিত হয় উরু বা হিপ জয়েন্ট। আসলে যে কোনও জয়েন্টেই হাড়ে-হাড়ে ঘর্ষণ ও ক্ষয় প্রতিরোধ করার জন্য থাকে কাটিলেজ। এরা মূলত শক অ্যাবসর্বাণের কাজ করে। বয়স বাড়লে এই কাটিলেজগুলোর ক্ষয় হতে শুরু করে। এছাড়া ওবিসিটি, এক্সারসাইজের অভাব, চেটি-আঘাত ইত্যাদি নানা কারণে সমস্তের আগেই কাটিলেজে ক্ষয় হতে শুরু করে।



প্রতিস্থাপন করা হয়। কখনও কখনও স্পেশাল বোন সিমেন্ট ব্যবহার করা হয় যাতে এই প্রস্থেসিস শরীরের অংশ হিসেবে মিশে যায়। কৃত্রিম জয়েন্ট প্রতিস্থাপনের পর ক্ষতিগ্রস্ত পেশি ও টেন্ডনগুলোকেও মেরামত করে নেওয়া যায়। হিপ জয়েন্ট রিপ্লেসমেন্ট সার্জারির আগে ব্লাড প্রেশার, ব্লাড শুগার বা হার্টের কোনও

ফলে কাটিলেজ অসমান হয়ে যায়। ব্যথা শুরু হয়। একেই বলে অস্টিওআর্থ্রাইটিস। ব্যথা যদি তিন সপ্তাহের বেশি থাকে, তাহলেই ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়া প্রয়োজন। অস্টিওআর্থ্রাইটিসের কালে উরুর বড় হাড়— কিম্বার ক্ষয় হয়। তখন হাঁটুচলা একপ্রকার অসম্ভব হয়ে পড়ে। স্বাভাবিক জীবনযাপন অত্যন্ত কষ্টকর হয়ে ওঠে। সাধারণ হাঁটুচলা, উঠে বাথরুম যাওয়া সবই দুঃসাধ্য হয়ে ওঠে। এই অবস্থা থেকে মুক্তি পাওয়ার একটি উপায় হল হিপ জয়েন্ট রিপ্লেসমেন্ট। ব্যথা কমাতে ওরাল মেডিসিনের খুব একটা ভূমিকা নেই। তবে কম বয়স হলে পেনকিলার এক থেকে দু'বছর বাওয়ার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। খুব একটা পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয় না। অবশ্য অল্পবয়সে রিউমটয়েড আর্থ্রাইটিসের জন্য হিপ জয়েন্ট বিকৃত হয়ে গেলে বা কোনও জল্পনত ত্রুটি (কনজেনিটাল ডিসমেশিয়া অফ হিপ) থাকলেও হিপ রিপ্লেসমেন্ট সার্জারির পরামর্শ নেওয়া হতে পারে। তবে যদি কোনওভাবেই ব্যথাকে আয়ত্তে না আনা যায়, তখনই একমাত্র হিপ রিপ্লেসমেন্টের কথা ভাবা হয়। আবার হিপ জয়েন্টে কোনও টিউমার বা মারাত্মক ফ্র্যাকচার হলেও রিপ্লেসমেন্ট সার্জারি করতে হতে পারে। অনেকেরই মনে হতে পারে, এটি অত্যন্ত জটিল ও ঝুঁকিপূর্ণ সার্জারি। কিন্তু তা মোটেও নয়। আমাদের দেশে বিগত তিরিশ বছর ধরে এই সার্জারি হচ্ছে। তাই, ব্যথার কষ্ট না পেয়ে ডাক্তারের পরামর্শে রিপ্লেসমেন্ট সার্জারি করিয়ে নেওয়াই যুক্তিবদ্ধ। অস্টিওআর্থ্রাইটিসের ফলে উরুসন্ধির থাই বোন আর পেলভিক বোন—মূলত এই দু'টোই ক্ষতিগ্রস্ত হয়। রিপ্লেসমেন্ট সার্জারির সাহায্যে এই অংশগুলো বাদ দিয়ে কৃত্রিম হিপ জয়েন্ট প্রতিস্থাপন করা হয়। থাই বোনের উপরের অংশ কেটে এই কৃত্রিম প্রস্থেসিসটি প্রতিস্থাপন করা হয়। কখনও কখনও

হিপ রিপ্লেসমেন্ট সার্জারির পরে কিছু সচেতন হওয়া প্রয়োজন। বাথরুমে স্নানের জন্য চেয়ার, হাঁটাচলার জন্য ওয়াকার, ফিজিওথেরাপি ইত্যাদির প্রয়োজন হতে পারে।

সমস্যা আছে কি না, তা দেখে নেওয়া দরকার। প্রয়োজনে এই সমস্যাগুলো নিয়ন্ত্রণ করতে হবে। যদি রক্ত পাতলা করার জন্য ওষুধ খেতে হয়, সার্জারির আগে কয়েকদিন ওষুধ খাওয়া বন্ধ করা দরকার। ধূমপান বাদ দিন। সার্জারির পরে কিছু সতর্কতা অবলম্বন করা প্রয়োজন। বাথরুমে স্নানের জন্য চেয়ার, হাঁটাচলার জন্য ওয়াকার, ফিজিওথেরাপি ইত্যাদির প্রয়োজন। প্রস্থেসিসের মোট তিনটি অংশ আছে: আকসেন্টেবুলার কাপ, কিমোরাল কম্পোনেন্ট আর আর্টিকুলার ইন্টারফেস। আসল হিপ জয়েন্ট যেভাবে নড়াচড়া করে, ঠিক সেভাবেই

তৈরি করা হয়েছে এটি। সিমেন্টেড প্রস্থেসিসের দাম তুলনামূলকভাবে কম। এখনকার উন্নতমানের প্রস্থেসিস ফুড়ি বছরেরও বেশি ভাল থাকতে পারে। তবে সার্জারির পরেও নিয়ম মেনে চলতে হবে। ওজন বাড়তে নিলে চলবে না। তার জন্য নিয়মিত এক্সারসাইজ আর সঠিক ডায়েট মেনে চলা প্রয়োজন।  
যোগাযোগ: ৯০৫১২৭০২৮৫  
মডেল: ক্যা  
মেক-আপ, সর্দীপ নিয়োগী  
ফোন: ৯৮৩০১৩৬৫৩৪  
লোকেশন: দা পিপল ট্রি  
ফোন: ৩০৬০৬০৬০  
ছবি: শুভেন্দু চাকী

