একদিনেই মুক্তি হাঁটু বা কোমর যন্ত্রণা থেকে

ডা. সন্তোষ কুমার

বয়েস বৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে আমাদের শরীরে বাসা বাঁধে নানান ব্যাধি। চোখের দৃষ্টিশক্তি বলুন বা হাড়ের ক্ষমতা, সবই কমতে শুরু করে। অনেকের ক্ষেত্রেই সব থেকে বেশি প্রভাবিত হয় হাঁটু-কোমর। হাঁটাচলা থেকে শুরু করে ওঠা-বসা সবই হয়ে ওঠে বেশ কষ্টকর। এক সময় হাঁটু-কোমরের সমস্যায় শয্যাশায়ী হয়ে পড়তে হয় অনেককেই। দরকার পড়ে হাঁটু বা কোমর প্রতিস্থাপনের।

অতীতে হাঁটু বা কোমর প্রতিস্থাপনের বিশেষ কোনও চিকিৎসা না থাকায় ব্যথাই ছিল সর্বক্ষণের সঙ্গী। কিন্তু বর্তমানে বিজ্ঞানের অগ্রগতিতে হাঁটু বা কোমর প্রতিস্থাপন বেশ পরিচিত চিকিৎসা পদ্ধতি। এমনকি রোবটের মাধ্যমে এখন এই চিকিৎসা পদ্ধতি বেশ সরল এবং সহজ উপায়। কিন্তু অনেকের ক্ষেত্রে হাঁটু প্রতিস্থাপন সম্পর্কে সম্যক ধারণা না থাকায় তাঁরা এই পদ্ধতি গ্রহণে অনাগ্রহী হয়ে পড়েন। অনেকেই ভয়ও পান হাঁটু বা কোমর প্রতিস্থাপন করাতে। সেই ভয় কাটাতে অর্থোপেডিক সার্জন ডা. সন্তোষ কুমার দৈনিক স্টেটসম্যানের প্রতিনিধি সুনীতা দাসকে জানালেন হাঁটু প্রতিস্থাপন চিকিৎসা পদ্ধতির খুঁটিনাটি।

প্রশ্ন: হাঁটু প্রতিস্থাপন সার্জারিতে সর্বশেষ অগ্রগতি কী?

উত্তর: বর্তমানে হাঁটু প্রতিস্থাপনে বেশ কয়েকটি ধাপে উন্নতি হয়েছে। যেমন— হাঁটু প্রতিস্থাপন সম্প্রতি সময়ে আরও উন্নত এবং সহজ। এখন রোবোটিক-সহায়ক প্রতিস্থাপনের সঠিক অবস্থান নির্ধারণে সহায়তা করে। ফলে উন্নত মানের অ্যালাইনমেন্ট ও দীর্ঘস্থায়িত্ব পাওয়া যায়।

৩ডি-প্রিন্টেড বা রোগীর শারীরিক গঠন অনুযায়ী তৈরি প্রতিস্থাপন।

শরীরের অংশে খুব ছোট্ট করে কেটে প্রতিস্থাপনের কাজটি করা হয়। ফলে ব্যথা কম হয় এবং দ্রুত আরোগ্যলাভ ঘটে।

ব্যথা নিয়ন্ত্রণে উন্নত মানের ওষুধ এবং ফিজিক্যাল থেরাপি রোগীদের দ্রুত চলাফেরায় সাহায্য করে।

নতুন উপকরণ (যেমন উচ্চমাত্রায় ক্রস-লিঙ্কড পলিইথিলিন) প্রতিস্থাপিত অঙ্গের দীর্ঘস্থায়িতা বাড়ায়।

প্রশ্ন: রোবোটিক-সহায়তায় কোমর প্রতিস্থাপন কতটা উন্নত এবং উপকারী?

উত্তর: রোবোটিক-সহায়ক কোমর প্রতিস্থাপনের বিভিন্ন উপকারিতা আছে। যেমন— আগের তুলনায় এটি এখন বেশি নির্ভুল। রোবটিক সিস্টেম সার্জনকে মিলিমিটার-স্তরে প্রতিস্থাপনে সহায়তা করে। অপারেশনের আগে ৩ডি পরিকল্পনা রোগীর শারীরিক গঠনের সঙ্গে মানানসই প্রতিস্থাপন নিশ্চিত করে। শরীরের অন্যান্য নরম টিস্যুর ক্ষতি কম হয়, ফলে কম ব্যথা এবং রোগী দ্রুত আরোগ্য লাভ করে। সঠিক অ্যালাইনমেন্ট ডিসলোকেশন বা দুটি পায়ের মাপের তারতম্যের ঝুঁকি কমায়। ফলে ভবিষ্যতে হাঁটা-চলায় অসুবিধা হয়না।

প্রশ্ন : কম বয়সী রোগীদের ক্ষেত্রে হিপ (কোমর) প্রতিস্থাপনের বিকল্প আছে কি?

উত্তর : অবশ্যই আছে। কম বয়সী রোগীদের ক্ষেত্রে হিপ রিসারফেসিং পদ্ধতি ব্যবহার করেও উপকার পাওয়া যায়। এই পদ্ধতিতে সম্পূর্ণ কোমর প্রতিস্থাপন না করে হাড়ের মাথাকে ঢেকে দেওয়া হয়। ন্যূনতম আক্রমণাত্মক অ্যান্টেরিয়র পদ্ধতির মাধ্যমে পেশীর ক্ষতি খুব কম হয়। দ্রুত আরোগ্য লাভ ঘটে। এই পদ্ধতিটা কাস্টম ৩ডি-প্রিন্টেড প্রতিস্থাপন পদ্ধতির ব্যক্তিগত শারীরিক গঠনের ওপর ভিত্তি করে তৈরি।

কোমর প্রতিস্থাপনের বিকল্প হিসেবে বর্তমানে বায়োলজিক্যাল পদ্ধতি নিয়েও ভাবা হচ্ছে। এই পদ্ধতিতে স্টেম সেল থেরাপি এবং কার্টিলেজ পুনর্জন্ম নিয়ে গবেষণা চলছে, তবে এখনও এটি পরীক্ষামূলক পর্যায়ে রয়েছে।

প্রশ্ন: আধুনিক হাঁটু প্রতিস্থাপনের পর সেরে উঠতে বা সম্পূর্ণ আরোগ্যলাভে কতটা সময় লাগে?

উত্তর : বর্তমান পদ্ধতি ব্যবহারে দ্রুত আরোগ্যলাভ ঘটে। মাত্র ১-২ দিন (কখনও কখনও একই দিনে হাসপাতালমুক্তি ঘটে)। বহু ক্ষেত্রে মাত্র ২৪ ঘন্টার মধ্যে রোগী হাঁটাচলাও শুরু করে দিতে পারেন।

বিশেষজ্ঞের পরামর্শ অনুসারে ফিজিক্যাল থেরাপি করলে সাধারণত ৬-১২ সপ্তাহের মধ্যে আরোগ্যলাভ ঘটে। দ্রুত পুনরুদ্ধার প্রোটোকল (যেমন র‍্যাপিড রিকভারি প্রোগ্রাম) রোগীদের দ্রুত স্বাভাবিক দৈনন্দিন কাজে ফিরতে সাহায্য করে।

প্রশ্ন : আধুনিক হিপ ও হাঁটু প্রতিস্থাপন কতদিন স্থায়ী হয়?

উত্তর : উন্নত উপকরণ এবং সার্জিক্যাল কৌশলের মাধ্যমে হিপ ও হাঁটু প্রতিস্থাপনের স্থায়িত্ব বহুগুণ বেড়েছে। যথা—

প্রচলিত ইমপ্ল্যান্ট: ১৫-২০ বছর পর্যন্ত স্থায়ী হয়।

উন্নত ইমপ্ল্যান্ট (সেরামিক, উচ্চমাত্রায় ক্রস-লিঙ্কড পলিইথিলিন) : ২৫ বছরেরও বেশি স্থায়ী হতে পারে।

রোবোটিক ও কাস্টম ইমপ্ল্যান্ট: আরও ভালো ফিট ও অ্যালাইনমেন্টের কারণে স্থায়িত্ব আরও বাড়তে পারে। তবে, দীর্ঘস্থায়িত্ব রোগীর কিছু বিষয়ের উপর নির্ভর করে। যেমন— রোগীর ওজন, শারীরিক কার্যকলাপের মাত্রা এবং সামগ্রিক স্বাস্থ্য।