

# মহিলাদের হাঁটু ও হিপজয়েন্টের অসহ্য ব্যথায়

আন্তর্জাতিক নারী দিবসে মহিলাদের হাঁটু ও হিপজয়েন্টের অসহ্য ব্যথা উপসমে কথা বললেন বেলভিউ ক্লিনিক ও উডল্যান্ডস সুপার স্পেশালিটি হসপিটালের অর্থোপেডিক ও রিপ্লেসমেন্ট সার্জন ডা. সন্তোষ কুমার।



## DR. SANTOSH KUMAR

Consultant Orthopaedic & Joint Replacement Surgeon

Belle Vue Clinic & Woodlands Hospital Kolkata

**প্রশ্ন :** মহিলাদের হাঁটু ব্যথার বিশেষ কোন কারণ আছে ?

ডা. কুমার : হাঁটুর হাড়ের ক্ষয়, ওবেসিটি, আর্থ্রাইটিস, রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিস, পুরান চোট আঘাতের মতো কারণগুলি তো আছেই, তাছাড়াও আজকাল মেয়েরা দাঁড়িয়ে রান্না ও অন্যান্য কাজ করেন বলে শরীরের ভারটাও হাঁটুর উপরে বেশী পড়ে, মেয়েদের হাঁটুতে ব্যথা হবার এটিও একটি বড় কারণ। একইভাবে আগে হাঁটু মুড়ে বসে রান্না ও ঘরের কাজ এবং ইন্ডিয়ান সিস্টেমে টয়লেট ব্যবহারের কারণে মেয়েদের মধ্যে হাঁটুর ব্যথা বেশী দেখা যেত।

**প্রশ্ন :** বয়স্ক মহিলাদের মধ্যে কি হিপজয়েন্টের সমস্যা একটু বেশী দেখা যায় ?

ডা. কুমার : আমাদের দেশে মায়েরা প্রায়শই সংসারে সকলের দেখভালের পরে নিজের প্রতি বিশেষ যত্ন নিতেন না, ফলে শরীরে যথাযথ পুষ্টির অভাব ঘটত, এর সঙ্গে মনোপজের পর হরমোনাল কারণে অস্টিওপোরোসিস দেখা দেয় বলে বয়সকালে পড়ে গেলে মহিলাদের হিপজয়েন্ট ভেঙ্গে যেতে পারে। সেইজন্য ছোট থেকে সুস্থ খাবার খাওয়া ও ওজন ঠিক রাখা দরকার।

**প্রশ্ন :** মহিলাদের জয়েন্ট রিপ্লেসমেন্টে বিশেষ কোন ব্যবস্থা আছে ?

ডা. কুমার : অস্টিও আর্থ্রাইটিসে ক্ষয়ে যাওয়া হাঁটু বা হিপজয়েন্টের ব্যথা একটা পর্যায়ে পৌঁছলে রিপ্লেসমেন্ট প্রয়োজন হয়। কৃত্রিম অঙ্গকে স্বাভাবিকের মতোই উপযোগী করে তুলতে বর্তমানে আমাদের দেশে এশিয় পুরুষ ও মহিলাদের জন্য বিশেষ ধরনের প্রস্থেসিস ব্যবহার করা হচ্ছে।

**প্রশ্ন :** রিপ্লেসমেন্ট করে কতটা স্বাভাবিক থাকে সম্ভব ?

ডা. কুমার : এখন চতুর্থ প্রজন্মের কম্পিউটার অ্যাসিস্টেড টেকনোলজির অর্থোপাইলট সিস্টেমের সাহায্যে অপারেশন করা হয়। সঙ্গে চিকিৎসকের দক্ষতা ও পারদর্শীতা যোগ হলে সাফল্যের হার প্রায় একশ শতাংশ। প্রতিস্থাপনের পরদিনই রোগীকে হাঁটান হয়। সাধারণ তিনদিন পরেই হাসপাতাল থেকে ছেড়ে দেওয়া হয়। হিপজয়েন্ট রিপ্লেসমেন্টের পরও কোন জটিলতা না থাকলে রোগী তাড়াতাড়ি বাড়ি যেতে পারেন। তাছাড়া কি হোল সার্জারি করা হয় বলে কাটাছেঁড়া রক্তপাত হয় কম। ফলে রোগী খুব দ্রুত স্বাভাবিক জীবনে ফিরতে পারেন।

**প্রশ্ন :** জয়েন্ট রিপ্লেসমেন্টের খরচ কি রকম ?

ডা. কুমার : এখন রিপ্লেসমেন্ট সার্জারির খরচ মধ্যবিত্তের সাধারণ মধোই। দুটি হাঁটু একসঙ্গে পান্টালে খরচ আরও কমে। এখন মেডিক্লেমের সুবিধাও আছে। তাই কষ্ট না পেয়ে প্রয়োজনে উন্নত চিকিৎসা ব্যবস্থার সুযোগ নেওয়াই ভাল।

**বিশদ জানতে যোগাযোগ করুন**

হেল্পলাইন +91 6289962271

e-mail : santdr@gmail.com

www.mykneemylife.org

WhatsApp 98319 11584

DR. SANTOSH KUMAR  
KNEE FOUNDATION

My Knee, My Life

Plot 236, Laketown, Block-B,

Opp. East Calcutta Girls

College, Kolkata-700089

Dr. Santosh Kumar  
Belle Vue Clinic

Room No. 15,

Doctors' Chamber

9 Loudon Street, Kolkata-17