

Knee FAQ

**কী করে বুঝব যে অপারেশন করলে আমার ভালো হবে ?**

এই অপারেশন এর পর আপনার ব্যথা কমে যাবে এবং আপনি স্বাভাবিক ভাবে হাঁটতে পারবেন।

**আমি যদি কিছুদিন অপেক্ষা করি তাহলে কী কিছু অসুবিধা আছে ?**

এই অপারেশন আপনার ইচ্ছা উপর নির্ভর করে। তবে যত তাড়াতাড়ি অপারেশন করবেন ততই ভালো। যত দেরি করবেন তত হাঁটু বেশি খারাপ হবে এবং আপনার সুস্থ হতে দেরি হবে ও খরচ বাড়বে

**আমার বয়স কী এই অপারেশন এর জন্য অত্যন্ত বেশি ?**

না। এই অপারেশন টি সাধারণতঃ বয়স্ক মানুষদের স্বাভাবিক জীবনে ফিরিয়ে আনার জন্য করা হয়। ৬০ বছর এর পর যে কোন সময় এই অপারেশন করা যেতে পারে।

**অপারেশন ছাড়া আর কী কোন উপায়ই নেই?**

অবশ্যই আছে।

আপনি traction নিতে পারেন

knee cap ব্যবহার করতে পারেন

ফিজিওথেরাপি করতে পারেন

বিভিন্ন ঔষধ খেতে পারেন তবে যতদিন ঔষধ খাবেন ততদিন ভালো থাকবেন। ঔষধ বন্ধ করলেই সেই কে সেই। তারপর ঔষধ এর পার্সপ্রতিক্রিয়া তে নানারকম শারীরিক সমস্যা তো আছেই।

এ ছাড়াও বিভিন্ন ইনজেকশন হাঁটুর ভিতর দেয়া যেতে পারে তাতে কিছুদিন ব্যথা কম থাকে

**আমার ক্ষেত্রে কী ধরনের knee রিপ্যালসমেন্ট আপনি ভাবছেন ?**

দুই ধরনের হাঁটু রিপ্লেসমেন্ট হয়

টোটাল এবং পার্শিয়াল

পার্শিয়াল করলে পরবর্তী ক্ষেত্রে টোটাল হাঁটু বদল লাগতে পারে। টোটাল এর ক্ষেত্রে অবশ্য সেই সমস্যা নেই। আপনার টোটাল করানোই ভালো।

**এই অপারেশন এর খরচ কীরকম?**

১.৩ লক্ষ থেকে শুরু

স্বাস্থ্যসাথি কার্ড বা অন্য কোন ইন্স্যুরেন্স থাকলে বিনা পয়সায় বা ক্যাশলেস মাধ্যমে করা যায়।

**অপারেশন এর পর কী সমস্যা হতে পারে ?**

এই অপারেশন এর একটিই সমস্যা ইনফেকশন। যদিও ইনফেকশন এর হার ২০০ জন রুগী পিছু একটি। এবং ছোট খাটো ইনফেকশন এ কিছুই লাগে না।

যদি বড় ইনফেকশন হয় তবে খুব সমস্যা হতে পারে। তাই ছুটির পর সমস্ত ঔষধ নিয়মিত খেতে হয় পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকতে হয়, এবং ডাক্তারবাবুর সব কথা শুনে চলতে হয় তাহলে ইনফেকশন এর ভয় থাকে না। আমি সাধারনত সেই অপারেশন থিয়েটার এই অপারেশন করি যেখানে ইনফেকশন হয় না।

## ইনফেকশন ছাড়া আর কী কিছু সমস্যা হতে পারে?

হ্যাঁ। হাড় যদি খুব পাতলা হয় তবে ইমপ্লান্ট লাগানোর সময় অনেক সময় হাড় ভাঙতে পারে। সে ক্ষেত্রে কিছুদিন বেশি বিশ্রাম এ থাকতে হয়। তবে এই ঘটনা ঘটার সম্ভবনা খুবই কম।

## এই বদলানো হাঁটু কতদিন চলে ?

২৫ থেকে ৩০ বছর

## লোকে বলছে যে আমি এই অপারেশন করলে আর জীবনে দাঁড়াতে পারব না। এটা কী ঠিক?

একদম ভুল। আপনাকে সুস্থ করার জন্য এই অপারেশন করা হয়, অসুস্থ করার জন্য নয়। আপনাকে মনে রাখতে হবে যে এই অপারেশন পদ্ধতি প্রায় ২০ বছর পুরনো। এবং লক্ষাধিক মানুষ এই অপারেশন করিয়ে স্বাভাবিক জীবনে ফিরে গেছে অতএব আপনার কাছে এই অপারেশন নতুন হলেও ডাক্তারবাবুদের কাছে এটা নতুন কোন অপারেশন নয়। সুতরাং নিচিন্তে এই অপারেশন টি করানো যেতে পারে

## অপারেশন এর কতদিন পর আমি হাঁটতে পারব?

পরের দিন থেকে পারবেন। তবে কিছুদিন long knee brace পরে ওয়াকার নিয়ে হাঁটবেন। না হলে ব্যথা বাড়তে পারে।

## স্বাভাবিক ভাবে কতদিন পর হাঁটবো?

১৫ দিন। আপনার ব্যায়াম করার ক্ষমতার উপর নির্ভর করবে।

## আমার দুটো হাঁটু তে সমস্যা। একসাথে কী দুটোই বদলানো যায়?

হ্যাঁ। কিন্তু আমি প্রথমে খারাপ হাঁটু বদল করি তারপর কিছুদিন পর দ্বিতীয় হাঁটু বদল করে থাকি।

## হাঁটু বদল করার পর আমি কী কী করতে পারব না?

আপনি মাটিতে পা ভেঙ্গে বসতে পারবেন না।

ইঞ্জিয়ান স্টাইল টয়লেট ব্যবহার করতে পারবেন না। সব সময় কমোড ব্যবহার করতে হবে।

## আমার বাড়িতে কমোড নেই। আমি কী করবো?

কাটা চেয়ার কিনবেন। বাজারে খুব সহজেই তা কিনতে পারবেন।

## আমি কী আর সাইকেল চালাতে পারব?

না চালানই ভালো

চার চাকা এবং বাইক চালাতে পারবেন।

## আমার মাটির বাড়ি আমি কী এই অপারেশন করাতে পারি?

পারেন।

তবে মাটির বাড়িতে ইনফেকশন এর হার অনেক বেশি। আপনাকে অন্যদের তুলনায় অনেক বেশি সাবধান এ থাকতে হবে

## আমার আরও অনেক প্রশ্ন আছে যা এই কাগজ এ নেই আমি কী করবো?

আপনি আমাদের হেল্প লাইন এ ফোন করতে পারেন  
নাম্বার টি হলো ৮২৫০৯৮৯৩৫৫