

මුහුදුබර, මිණිබරයන් ගේ පාසල් නිවාඩුව වනාහි සියලා ගේ, ආච්චිලා ගේ වගකීම් අධික කාලයක් ලෙස වර්තමානයේ හඳුනාගත හැකි ය. මක්නිසාද යත්, පාසල් ගොස් නිවසට පැමිණෙන දුවා දරුවන් ගේ දෙමාපියන් රැකියාවලින් නැවත පැමිණෙන තුරු ඔවුන්ගේ ආරක්ෂාව සපයනු ලබන්නේ මෙම සියලා ආච්චිලා ය. නිවාඩු කාලයේ දී මුළු දවසම ගෙවන්නේ ආච්චිලා ගේ සියලා ගේ වගකීම පිට ය.

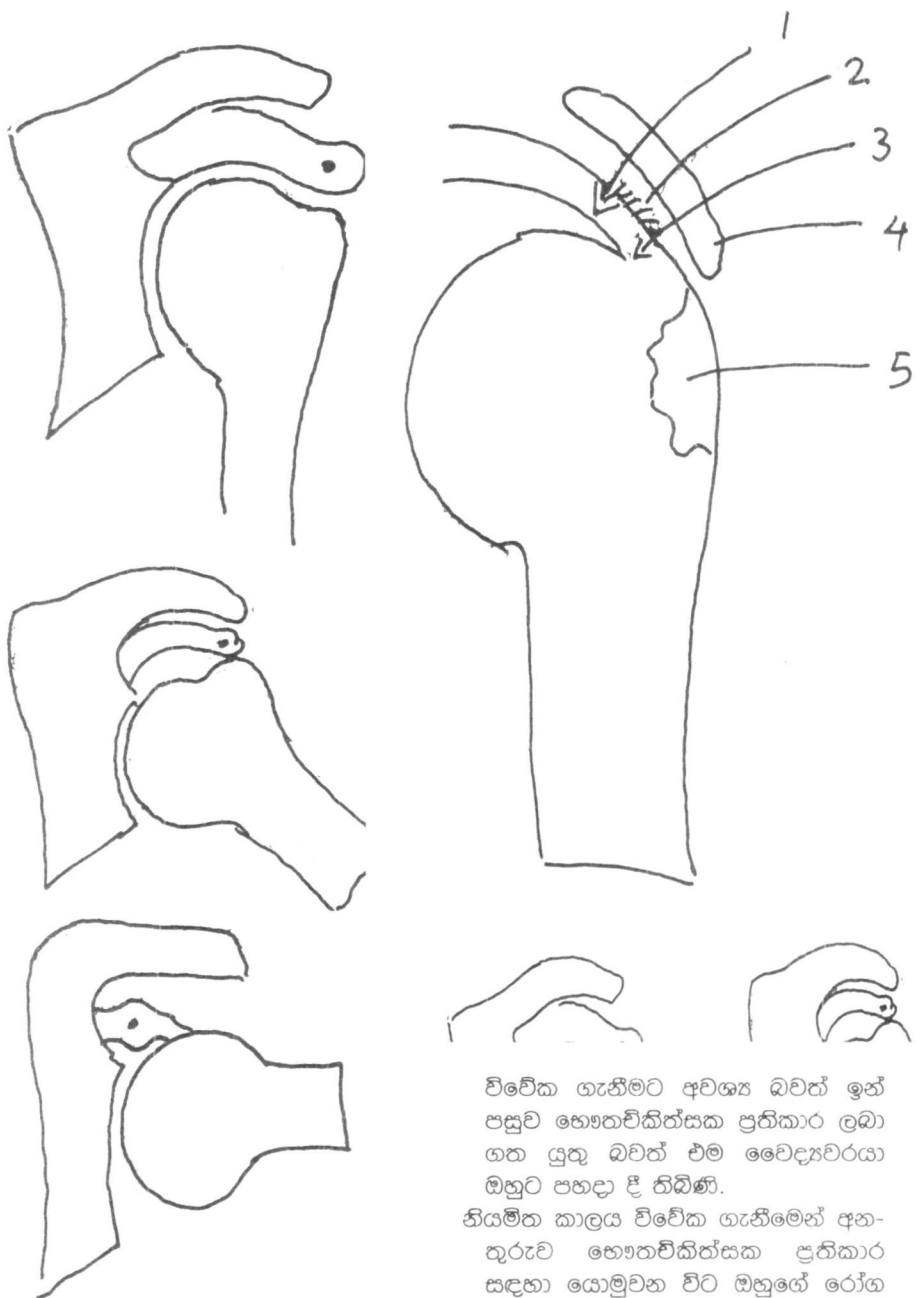
මේ බව තේරුම්ගන්නා දෙමව්පියන් දින කිහිපයක් නිවාඩු දමා දරුවනුත්, ආච්චිලාත්, සියලාත් කැටුව විවිධ විනෝද ගමන් යාමට මෙම නිවාඩු කාලය තෝරා ගනී. සිමෙල් මහතාත්, එම මහත්මියත් තම දරුවන් සමඟ දරුවන් ගේ සියා වූ වාල්ස් හා ආච්චි වූ මැහීන් සහභාගී කරගත්තේ දකුණු ප්‍රදේශයේ සචාර්යක් යාමට යි. මෙසේ තම ගමන අතුරුතුර මුහුදට ආසන්නයේ පිහිටි තැනි බිම්ක නැවතී මදක් විවේක ගැනීමට සිතා තම වාහනය නතර කළේ ය.

සියල්ලම එක් වී බෝල ඇල්ලීමේ සෙල්ලමක් පටන් ගති. මද වේලාවකින් තමන් වෙතට එල්ල වූ තරමක් අපහසු පන්දුවක් රැකගැනීමට උත්සහ ගනිද්දී වාල්ස් මහතා (සියා) විසි වී ගොස් බිම වැටී උරහිස බිම ඇණින. තරමක ආයාසයෙන් නැගී සිටි ඔහු උරහිසෙහි වූ වේදනාව ඉවසා ගැනීමට දරන වෘයම අනෙක් අයට වැටහී ගියෙන් අසල වෙළෙඳ සැලකින් "අයිස් කැබලි" කිහිපයක් ඉල්ලා එම උරහිස ප්‍රදේශය හොඳින් තවන ලදී.

එම ප්‍රථමාධාරයෙන් අනතුරුව ළඟම පිහිටි රෝහලකට රැගෙන යාමෙන් අනතුරුව X - කිරණ ඡායාරූපයක් නිරීක්ෂණය කළ වෛද්‍යවරයා ගේ නිගමනය වී තිබුණේ වාල්ස් මහතා ගේ උරහිස සන්ධියේ අස්ච්චලට හානියක් වී නැති බවත්, උරහිස ප්‍රදේශයේ එක් මාංශ පේශියක බණ්ඩරාවක් යම් ප්‍රමාණයකට ආබාධයකට ලක් වී ඇති බව ය. ඒ අනුව

# උරහිස සන්ධියේ හදිසි ආබාධයක් !

රජීවේ ආර්යා ළමා රෝහලේ භෞතචිකිත්සක උදය පී. චන්ද්‍රසේන



විවේක ගැනීමට අවශ්‍ය බවත් ඉන් පසුව භෞතචිකිත්සක ප්‍රතිකාර ලබා ගත යුතු බවත් එම වෛද්‍යවරයා ඔහුට පහදා දී තිබිණි. නියමිත කාලය විවේක ගැනීමෙන් අනතුරුව භෞතචිකිත්සක ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුවන විට ඔහුගේ රෝග ලක්ෂණ පහත පරිදි විය.

වෛද්‍යවරුන්ගේ අත්පිටි වැටීම

අබාධයට ලක් වූ දැකුණු අත, පැත්තට එසවීමේ දී වේදනාවක් ඇති වීම මෙහිදී දැකිය හැකි විශේෂත්වයක් විය. එනම් අත එසවීමට පටන් ගන්නා විට කිසිදු වේදනාවක් ඇති නොවිණ. ක්‍රමයෙන් ඔසවන විට අංශක 45 ක් පමණ වෙද්දී උරහිස සන්ධියේ වේදනාවක් ආරම්භ විය. මදක් උදව් කර ඔසවන විට තරමක වේදනාවක් සමග, අත එසවිය හැකි ය.

මෙසේ අත උස්සා අංශක 160 ක් පමණ වූ විට නැවත කිසිදු වේදනාවක් නොවන අත එසවිය හැකි ය. නැවත අත පහත් කරද්දී ද, මුල් අංශක කිහිපය වේදනාවක් නැතිවද, මැද කොටසක් වේදනාව සමඟින් ද, අවසාන කොටස කිසිදු වේදනාවක් නොවන ද පහත දැමීමට හැකි ය.

එනම් අත පසෙකින් ඉහළට එසවීමේ දී වලන පරාසයෙන් මැද කොටස වේදනාව ඇතිවන මෙම රෝගී තත්ත්වය "පේන් ආර්ක් සින්ඩ්‍රෝමය" (Painful arc syndrome) යනුවෙන් හඳුන්වනු ලබයි.

මෙම තත්ත්වය බොහෝ දෙනෙකු තුළ ඇති වුවත් එතරම් එය හඳුනා නොගන්නේ වේදනාව ඇතිවීමෙන්

පසුව උරහිස ඉන් ඔබ්බට වලනය කිරීමක් නොවීම නිසයි. විවිධ හේතු නිසා මෙම තත්ත්වයන් ඇති විය හැකිය. ඉතාම ප්‍රබල හේතූන් ලෙස ගත හැකි කරුණු කිහිපයකි.

1. ඉහත පරිදි උරහිස සන්ධිය පැත්තකට එසවීම සඳහා අවශ්‍ය වන මාංශ පේශියක් හෝ බණ්ඩරාවක් යම් ප්‍රමාණයකට හානියට පත් වීම (ඉරියාම / කැඩීයාම)
2. එවැනි බන්ධරාවක යම් ආසාදනයක් ඇති වීම.
3. එම මාංශපේශිය තුළ යම් දෙයක් තැන්පත් වීම.
4. එම සන්ධියේ පිහිටි වෙනත් කොටසක ආසාදනයක් ඇති වීම.
5. අනෙහි උරහිසට සම්බන්ධ අස්ථියේ යම් පිපිරීමක් හෝ කැඩීයාමක් ඇති වීම

ඉහත සිද්ධියේ දී X - කිරණ පරීක්ෂාව මගින් ඉහත අවසාන සාධකය පිළිබඳව සැකහැර දැනගත හැකි විය. ඉහත 2,3,4 අවස්ථා ක්ෂණිකව ඇති වන ඒවා නොවේ. එමනිසා ඒවාද සැක හැර දැන ගත හැකි විය.

එවිට ඉතිරි වන්නේ පළමු කරුණ පමණි. එම මාංශ පේශියේ කොටසක් ආබාධයට ලක්වීම නිසා එම වලනය ලබා ගැනීමට ඇති මාංශ පේශිය තාවකාලිකව දුර්වල වේ. යම් උදව්වක් සුළුවෙන් හෝ අවශ්‍ය වනුයේ එම නිසා ය.

මෙවැනි සිද්ධියක් ඇති වූ විට ශල්‍යකර්මයක් කිරීමට පවා සිදුවන අවස්ථා පවතී. නමුත් බොහෝවිට එසේ අවශ්‍ය නොවේ. විවේකයෙන්, ක්‍රමානුකූලව සන්ධිය වලනය කිරීමත්, සන්ධිය අවට මාංශ පේශි ශක්තිමත් කිරීමත් අවශ්‍ය වේ. වේදනාව සමනය කිරීම සඳහා මෙන් ම සන්ධිය වලනය කිරීම සඳහා විශේෂයෙන් සකස් කරන ලද විධි ක්‍රම භෞතචිකිත්සා වේ පවතී.

ඔබ නිසි අවස්ථාවේ භෞතචිකිත්සක ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු වීමෙන් මෙම රෝගී තත්ත්වයෙන් ගොඩඒමට ඔබට හැකියාව ලැබේ. රූප සටහන නිරීක්ෂණය කිරීමෙන් ඉහත රෝගී තත්ත්වය පිළිබඳව ඔබට යම් වැටහීමක් ඇතිකර ගත හැකිය.

නිසි ඇගයීමකට ලක් කර නොගෙන තමන්ට හිතුවහල් ව්‍යායාම ලබා දීම මගින් රෝග තත්ත්වය වඩාත් සංකීර්ණ වීමට ඉඩ තබා ඇත. එම නිසා නිසි අවබෝධයකින් ව්‍යායාම කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. නිසි සුදුසුකම් ලත් භෞතචිකිත්සක වරයකු වෙත යොමු වීමෙන් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබා ගත හැකි ය. □

