

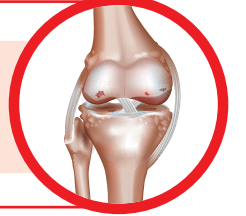
গাঁটের যন্ত্রণা এবং হাঁটুর অস্টিওআর্থরাইটিস সম্পর্কে বোঝা



গাঁটের যন্ত্রণা কী?

গাঁটের যন্ত্রণা শরীরে এক বা একাধিক গাঁটকে প্রভাবিত করতে পারে, তবে হাঁটু হল সর্বাধিক সাধারণভাবে প্রভাবিত হওয়া গাঁটগুলির মধ্যে একটি।

হাঁটুর আর্থরাইটিস হল গাঁটের একটি অসুস্থতা যা ঘটে, যখন হাঁটুর ভিতরের হাড়ের প্রান্তগুলির মধ্যে কুশনের কাজ করা সুরক্ষামূলক কার্টিলেজগুলি সময়ের সাপেক্ষে ক্ষয়প্রাপ্ত হয়।



হাঁটুর অস্টিওআর্থরাইটিসের উপসর্গগুলি



যন্ত্রণা



আড়ষ্টতা



ফোলা



নড়া-চড়া করার
পরিধির ক্ষেত্রে হ্রাস



হাঁটুর দুর্বলতা



খুট-খুট করে
শব্দ হওয়া

কীভাবে একজন যন্ত্রণার চিকিৎসক আপনাকে গাঁটের যন্ত্রণার চিকিৎসার ক্ষেত্রে সাহায্য করতে পারেন?

একজন যন্ত্রণার চিকিৎসক, ওষুধ এবং মিনিমালি ইনভেসিভ পেন অ্যান্ড স্পাইন ইন্টারভেনশন (MIPSI) সংশ্লিষ্ট করে পরিকল্পিত চিকিৎসার মাধ্যমে গাঁটের যন্ত্রণার একটি ব্যক্তিগতকৃত সমাধান প্রদান করবেন।

যন্ত্রণার ওষুধ / বেদনানাশক এবং ব্যায়ামগুলি

- প্রদাহ হ্রাস করার দ্বারা যন্ত্রণা হ্রাস করে
- রোগীকে সঠিক ব্যায়ামগুলির দ্বারা নির্দেশিত করে

মিনিমালি ইনভেসিভ পেন অ্যান্ড স্পাইন ইন্টারভেনশন (MIPSI)

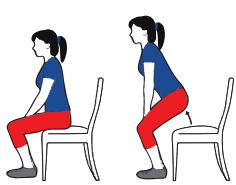
- অর্থোবায়লজিক্স: প্লেটলেট রিচ প্লাজমা (PRP), BMAC, ভিসকো-সাপ্লিমেন্টেশন
- জেনিকিউলার নার্ডগুলির রেডিওফ্রিকোয়েন্সি অ্যাব্লেশন (কুলড / কনভেনশনাল): যন্ত্রণার জন্য দায়ী স্নায়ুগুলিকে শান্ত হতে সাহায্যকারী ইঞ্জেকশনগুলি

হাঁটুর অস্টিওআর্থরাইটিসের সঙ্গে সহযোগী যন্ত্রণা থেকে মুক্তির জন্য ব্যায়ামগুলি



হাঁটু ভাঁজ করে
পা-তোলা এবং
নামানো

1



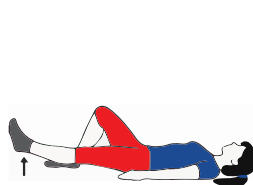
বসা-থেকে দাঁড়ানো

2



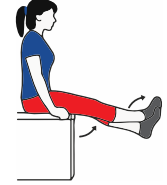
সোজাভাবে পা তোলা
(বসে)

3



সোজাভাবে পা
তোলা (শুয়ে)

4



একটি পায়ের উপর
আর একটি পা রাখা

5



Issued in Public Interest by



Program sponsored by
Mylan Pharmaceuticals Pvt. Ltd.
A Viatris Company

