



கட்டுப்பாடற்ற இயக்கங்கள்
மறக்கமுடியாத தருணங்கள்

 **StemOne**TM

இந்தியாவின் முதல்
அலோஜெனிக் மெசன்கிமல்
ஸ்டெம் செல் சிகிச்சை
எலும்புமுட்டழற்சி
கிரேடு II & III க்கானது

நோயாளி
விழிப்புணர்வு
வழிகாட்டி

அனைவரும் எவ்வித கட்டுப்பாடுகளும் ஒதுக்கீடுகளும்
இன்றி வாழ்வதற்கு தகுதியானவர்கள்.

உங்களுக்கு முழங்கால் எலும்புமுட்டழற்சி இருந்தால் என்ன செய்வது?





எலும்புமூட்டழற்சியின் மிகப்பொதுவான வகை, முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி ஆகும், மிகவும் பலவீனப்படுத்தக் கூடியது, நோயாளிக்கு நடத்தல், மண்டியிடுதல், ஏறுதல் போன்ற அன்றாடப் பணிகளில் எளிமையானவற்றை செய்வதையும் கடினமாக்குகிறது. மிகப் பொதுவான அறிகுறிகளுள் ஒன்றான எளிமையான முழங்கால் வலியுடன் தொடங்குகிறது, முழங்கால் மூட்டின் வடிவத்தை மாற்றலாம், இறுதியில் மூட்டு நிலையற்றதாக அல்லது தள்ளாடக்கூடியதாக உணரச் செய்யலாம். இது பலருக்கு வேலை நேர இழப்பு மற்றும் கடுமையான இயலாமைக்கு காரணம் ஆகிறது என்பதில் ஆச்சரியம் இல்லை.

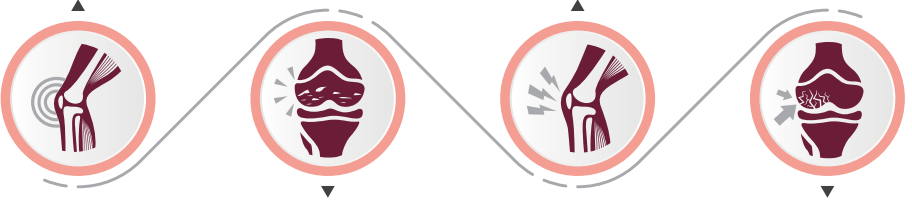
முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி என்பது ஒரு நாட்பட்ட நிலையாகும், இதற்கு சிகிச்சை ஒன்றும் இல்லை. இருப்பினும், முற்றிலுமாக நம்பிக்கையை இழந்துவிட வேண்டியதில்லை, **StemOne™** **புரட்சிகரமான மற்றும் இந்தியாவின் முதல் ஸ்டெம் செல் சிகிச்சைக்கு** நன்றி சொல்ல வேண்டும்.

இந்த வழிகாட்டி முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி பற்றி முழுமையாக புரிந்து கொள்ளவும் அறிந்து கொள்ளவும் உதவுகிறது. இது எவ்வாறு நிலையின் மூல காரணத்தின் மீது StemOne™ செயல்புரிகிறது என்பதை நிரூபிக்கிறது. இது உங்கள் முழங்கால் செயல்பாட்டை மீட்டமைக்க, நீங்கள் விரும்பும் தருணங்களை அனுபவிக்க உதவுகிறது.

முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி என்பது என்ன?¹

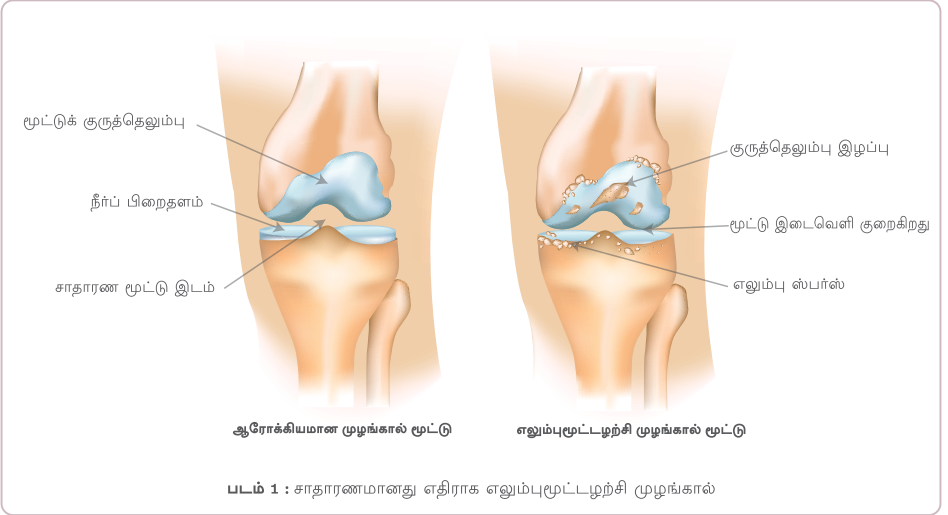
மூட்டின் வலி
மிக்க நிலை

மூட்டுக்குள் எலும்பு முனைகள் ஒன்றின்
மேல் ஒன்று சீராக சறுக்கி இயங்க
முடியாமை வலியை ஏற்படுத்துகிறது.



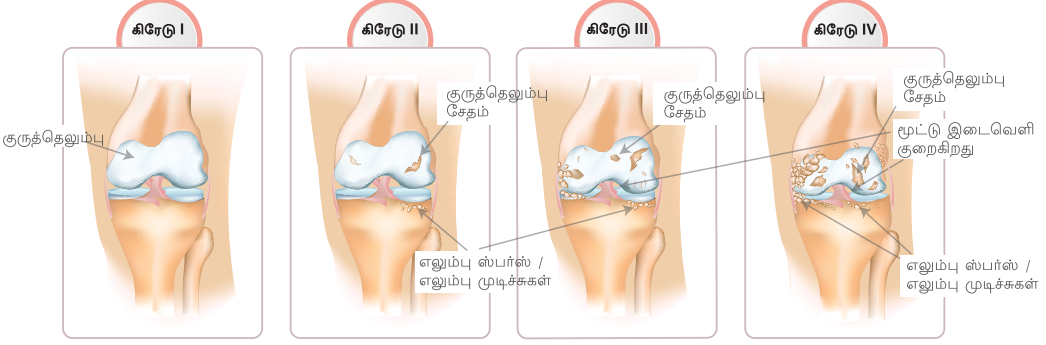
குருத்தெலும்பு (உறுதியான, ரப்பர் போன்ற
பொருள், ஒரு மூட்டை உருவாக்கும்
எலும்புகளின் முனைகளுக்கு இடையே ஒரு
குஷனாக செயல்படுகிறது) சிதைவடைய
ஆரம்பிக்கும்போது தோன்றுகிறது

இது எலும்புமூட்டழற்சியின் பொது
வான வகையாகும்



இதை நீங்கள் ஏன் புறக்கணிக்கக் கூடாது?

நீங்கள் முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சியை புறக்கணித்தால், இது கிரேடு I முதல் கிரேடு IV வரையிலானதாக முன்னேற்றம் அடையலாம், பின்னர் மிகக் கடுமையான மூட்டு சேதம் ஏற்படலாம்.³



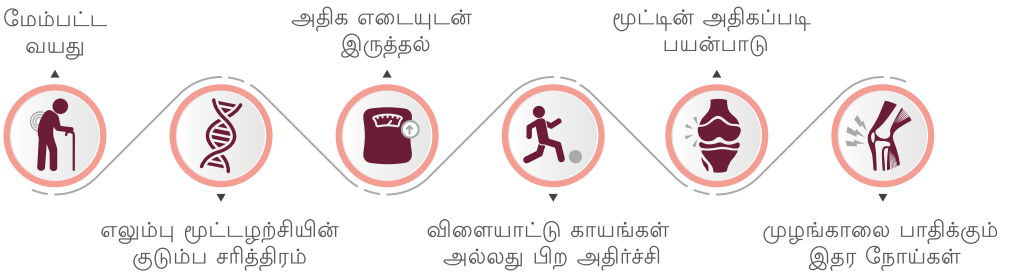
படம் 1 : எலும்புமூட்டழற்சி முழங்கால் கிரேடு I முதல் கிரேடு IV வரையிலானதாக முன்னேற்றம் அடைதல்

உடல் சேதமடைந்த குருத்தெலும்பை குணப்படுத்த முயற்சிக்கிறது. சில சமயங்களில் அதிகரிக்கப்பட்ட சீரமைக்கும் செயல்பாடு சீரற்ற மேற்பரப்பிற்கு வழிவகுக்கிறது, இது மூட்டில் சீரான அசைவுகளுக்கு அனுமதிப்பதில்லை.¹

உடைந்த குருத்தெலும்பின் நுண் துண்டுகள் மற்றும்/அல்லது எலும்பு மூட்டுக்குள் இருக்கும் திரவத்தில் மிதக்கலாம். குருத்தெலும்பின் தேய்மானத்தின்போது, எலும்புகளின் முனைகள் ஒன்றோடு ஒன்று தேய்த்துக்கொள்ள ஆரம்பிக்கின்றன மற்றும் சிறு எலும்பு வளர்ச்சிகளின் உருவாக்கம் உண்டாகிறது. இது மருத்துவரீதியாக எலும்பு ஸ்பர்ஸ்/ஆஸ்டியோபைட்ஸ் என்றழைக்கப்படுகிறது. மூட்டு இடம் மற்றும் வடிவம் மாற்றம் அடையலாம்.¹

முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சிக்கு பங்களிக்கும் ஆபத்து காரணிகள்

முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி காரணமாக அவதிப்படுவதன் உங்கள் ஆபத்து அதிகரிக்க பல காரணிகள் உள்ளன:²



முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சியின் அடையாளங்கள் மற்றும் அறிகுறிகள்¹

மூட்டு வலி

- மூட்டுக்குள் ஆழத்திலிருந்து வலி வருகிறது
- பொதுவாக மூட்டு அசையும்போது மோசமாகவும், ஓய்வாக இருக்கும்போது நலமாகவும் இருக்கிறது



விறைப்புத்தன்மை மற்றும் அசைவு இழப்பு

- வரையறையுடன் கூடிய இயக்கம்
- வளைந்த நிலையில் மூட்டை உறைய வைத்தல்



மூட்டை சுற்றி வெதுவெதுப்புடன் கூடிய வீக்கம்

- குருத்தெலும்பு சேதம் மற்றும் எரிச்சலுக்கான எதிர்வினையாக ஏற்படுகிறது



மூட்டு விரிசல்

- மூட்டு அசைவின்போது நொறுக்கும் ஒலி
- குருத்தெலும்பு கடினப்படுவதன் காரணமாக



எலும்புமூட்டழற்சியுடன் நலமாய் வாழ்தல்⁴

வெப்ப சிகிச்சையை

பயன்படுத்தவும்

- ஒரு வெதுவெதுப்பான குளியல்
- ஒரு ஹீட்டிங் பேடு பயன்படுத்தவும்



முறையாக உடற்பயிற்சி செய்யவும்

- இயக்கத்தின் வரம்பை அதிகரிக்கவும் மற்றும் உங்கள் தசைகளை வலுப்படுத்தவும்
- சகிப்புத்தன்மையை உருவாக்கவும் மற்றும் உங்கள் சமநிலையை மேம்படுத்தவும்



உங்கள் எடையை குறைக்க/ பராமரிக்க ஆரோக்கியமாக உண்ணவும்

- எராளமான பழங்கள், காய்கறிகள், பருப்பு வகைகள் மற்றும் முழு தானியங்களை சாப்பிடவும்
- பதப்படுத்திய உணவுகள் உட்கொள்வதை குறைத்துக் கொள்ளவும்



சரியான வகை காலணிகளை அணியவும்

- குதிகால் காலணிகளை தவிர்க்கவும், அவை முழங்காலுக்கு கடினமாக உள்ளன
- சிறிய அளவிலான வளைவு ஆதரவு கொண்ட காலணிகளை தேர்வு செய்யவும்.



முன்கூட்டியே திட்டமிடவும்

- தேவையற்ற செயல்பாடுகளை அகற்றவும்
- ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட முறையில் இருக்கவும் மற்றும் அடிக்கடி பயன்படுத்தும் பொருள்களை எட்டும் தூரத்தில் வைத்திருக்கவும்.



முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி நிலையில் சிகிச்சை பயணம்⁵

சுய உதவி:

எளிய வலிக்கொல்லிகள், வெளிப்புற உபயோகங்கள், குறைநிரப்பிகள்



தகவல் மற்றும் அறிவுரை:

கல்வி, எடை இழப்பு, உடற்பயிற்சி, மருத்துவரால் பரிந்துரைத்த படி வாழ்க்கைமுறை மாற்றங்கள்



எளிய அறுவை சிகிச்சையில்லா விருப்பத்தேர்வுகள்:

பரிந்துரைக்கப்பட்ட வாழ் வழி வலிக்கொல்லி மருந்துகள், கார்டிகோஸ்டிராய்டு ஊசிகள், பிசியோதெராபி, ஆதரவளிக்கும் சாதனங்கள்



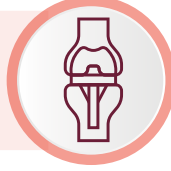
மேம்பட்ட அறுவை சிகிச்சையில்லா விருப்பத்தேர்வுகள்:

இடை மூட்டு ஊசிகள்



அறுவை சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகள்:

சீரமைத்தல் / பகுதி அல்லது மொத்த மூட்டு மாற்றியமைத்தல்



மிதமான
எலும்பு
மூட்டழற்சி

நோய்
முற்றுதல்

கடுமையான
எலும்பு
மூட்டழற்சி

எலும்பு மூட்டழற்சி முன்னேறும் தன்மை கொண்டிருப்பதால் இறுதியில் இயலாமைக்கு வழி வகுக்கிறது. காலப்போக்கில் அறிகுறிகள் வழக்கமாக மிக கடுமையானதாக, மிகவும் அடிக்கடி மற்றும் மிகவும் பலவீனப்படுத்துவதாக ஆகிவிடுகிறது. நோய் முன்னேற்றத்தின் வீதம் நபருக்கு நபர் வேறுபடலாம்.⁶

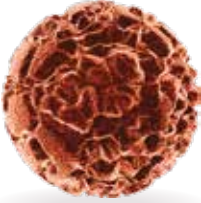
தற்போதைய சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகள் வலி மற்றும் இயலாமை குறைப்பதில் கவனம் செலுத்துகிறது, ஆனால் அவை நோயின் மூல காரணத்திற்கு சிகிச்சை அளிக்க திறனற்றதாக இருக்கிறது.⁶ எனவே முழங்கால் எலும்பு மூட்டழற்சியின் மூல காரணத்திற்கு, அதாவது மூட்டு குறுத்தெலும்பின் சேதத்திற்கு சிகிச்சை அளிக்க அதிக நம்பகமான மற்றும் மீட்டமைக்கும் அணுகுமுறையின் தேவை இருக்கிறது.⁷



உயர்தரமான, தரப்படுத்தப்பட்ட, ஆஃப்-தி-ஷெல்ஃப், ஸ்டெம் செல் சிகிச்சை, டிரக் கன்ட்ரோலர் ஜெனரல் ஆஃப் இந்தியாவினால் (டிசிஜிஐ) ஒப்புதல் வழங்கப்பட்டது.⁸

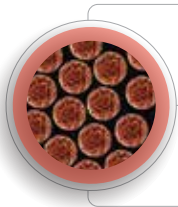
ஸ்டெம்ஒன்™: முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சி கிரேடு II மற்றும் கிரேடு III உள்ள நோயாளிகளில் இடைமூட்டு ஊசி மூலம் கொடுக்கப்படுகிறது.⁸

ஸ்டெம் செல்கள் என்பது என்ன?



ஸ்டெம் செல்லு என்பது உடலின் கச்சாப் பொருள்கள் ஆகும், இதிலிருந்துதான் அனைத்து பிற செல்கள் உருவாகின்றன. இந்த செல்கள் மகன் செல்களாகப் பிரிவதன் மூலம் பெருக்கும் திறன் கொண்டவை மட்டுமல்ல, குருத்தெலும்பு செல்கள், எலும்பு செல்கள் மற்றும் தசை செல்கள் போன்ற சிறப்புத்தன்மை கொண்ட செல்களாகவும் உருவாகின்றன. இந்த புதிய செல் வகைகளை உற்பத்தி செய்யும் திறன் உடலில் வேறு பிற செல்களில் இருப்பதில்லை.⁹

StemOne™ - ல் ஸ்டெம் செல்களின் அணுகூலங்கள்



அவை மிகுதியாக காணப்படுவதால், பெற்றுக்கொள்வது எளிது?⁷

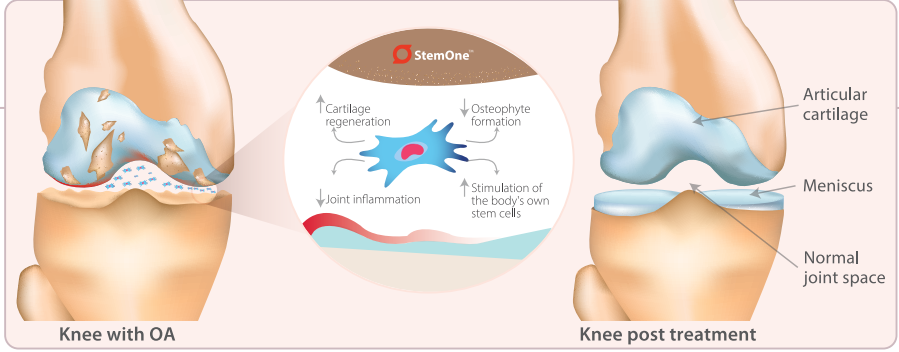
அவை பலவிதமான செல் வகைகளாக மாற்றுவதற்கு திறன் கொண்டவை?⁷

அவை ஆரோக்கியமான வயது முதிர்ந்த எலும்பு மஜ்ஜையிலிருந்து பெறப்படுவதால், நெறிமுறை பிரச்சனைகள் இல்லை?⁷

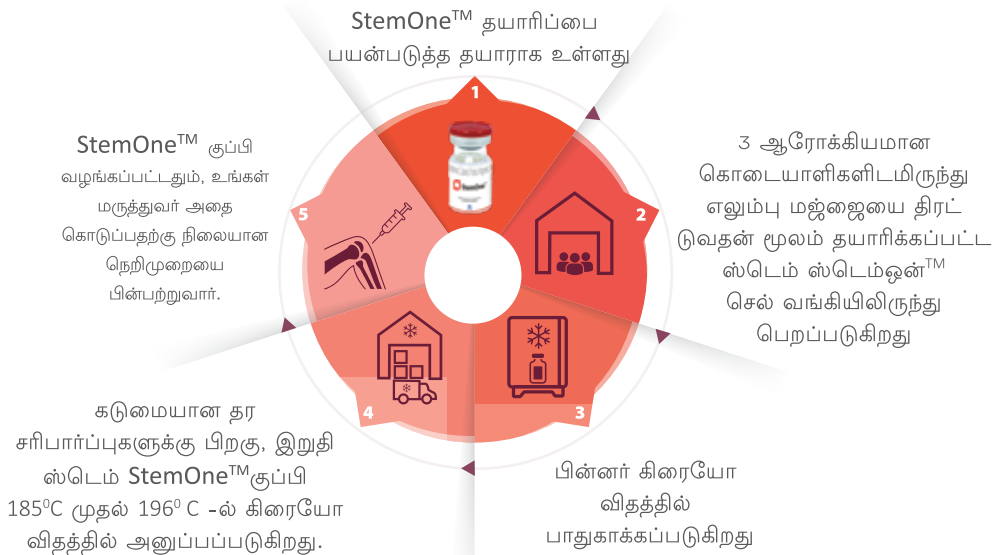
எவ்வாறு StemOne™ முழங்கால் எலும்புமூட்டழற்சியின் சிகிச்சைக்கு உதவுகிறது?

ஸ்டெம்ஒன்™ : முழங்கால் மூட்டு குறுத்தெலும்பை மருத்துவரீதியாக சீரமைக்க உதவுகிறது. இந்த படத்தில் காட்டியுள்ள படி இந்த செல்கள் உதவுகின்றன:¹⁰

- ↓ மூட்டு வலி மற்றும் விறைப்புத்தன்மையை குறைக்கிறது
- ↓ குறுத்தெலும்பு திசுவை சீரமைக்க அல்லது மாற்றியமைக்க உடலின் சொந்த செல்களை ஊக்குவிக்கிறது
- ↑ உடல் செயல்பாட்டை மேம்படுத்துகிறது



எவ்வாறு ஸ்டெம்ஒன்™ தயாராகிறது?¹¹



உங்கள் ஸ்டெம்ஒன்™ ஊசிக்காக தயாராதல்

உங்கள் StemOne™ ஊசியை போட்டுக்கொள்வதற்கு முன்தினம் நீங்கள் மருத்துவ மனையில் அனுமதிக்கப்பட்டுவிட வேண்டும் மற்றும் அடுத்த நாள் நீங்கள் டிஸ்சார்ஜ் செய்யப்படுவீர்கள்.⁸

ஸ்டெம்ஒன்™ சிறப்புத்தன்மை வாய்ந்த கிரையோசெயின் லாஜிஸ்டிக்ஸ் பயன்படுத்தி தயாரிப்பு இடத்திலிருந்து அனுப்பப்படுகிறது.

உங்கள் மருத்துவர் உங்களுடைய மூட்டுக்குள் ஸ்டெம்ஒன்™-ஐ உண்மையில் செலுத்துவதற்கு முன்பு, அவர் ஊசியை தயாரிப்பதைப் பார்க்கலாம். மொத்த செயல்முறையையும் நீங்கள் அறிந்து கொண்டு புரிந்து கொள்வதற்காக கீழே விளக்கப்பட்டுள்ளது:¹¹



கிரையோஷிப்பர் உங்கள் கிரையோஜெனிக் கையுறைகளை மருத்துவரின் கினிளிக்/ அணிந்துகொண்டு கிரையோஷிப்பர் மருத்துவரின் பெறப்படுகிறது திறக்கப்படும்.

தயாரிப்பு நிலைத்தன்மையை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள தரவு பதிவர் மீது வெப்பநிலை சரிபார்க்கப்படும்.



ஸ்டெம்ஒன்™ குப்பியை குப்பி பெட்டியிலிருந்து மீட்டெடுக்கப்படுகிறது

கேனிஸ்டர் ஸ்டாண்டு நீக்கப்படும்

கிரையோஷிப்பரின் மூடி திறக்கப்படும்



ஸ்டெம்ஒன்™ குப்பி அறை வெப்பநிலைக்கு கொண்டு வரப்படும்

பிளாஸ்மாலைட்-A எனப்படும் 1 மிலி கரைசல் சிரிஞ்சிக்குள் இழுக்கப்படும்.

இது ஸ்டெம்ஒன்™ குப்பிக்குள் செலுத்தப்படும்.

இறுதியாக, உங்கள் மருத்துவர் ஹையாலூரோனிக் மூலம் உங்கள் முழங்கால் மூட்டுக்குள் ஸ்டெம்ஒன்™ -ஐ செலுத்துவார்.



செய்யக்கூடியவை



செய்யக்கூடாதவை

இடைமூட்டு ஊசி செலுத்திக்கொண்ட பிறகு 0-3 நாட்கள்

<p>ஊசி போட்டுக் கொண்ட பிறகு இயற்கை அழைப்புக்கு செல்வது தவிர 24 மணி நேரமும் ஓய்வு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.</p>	<p>ஊசி போட்டுக் கொண்ட பிறகு 72 மணி நேரத்திற்கு கடுமையான அல்லது நீண்ட நேரம் எடை தாங்கும் செயல்பாடுகளைத் தவிர்க்கவும்.</p>
<p>குணமடைதலை ஊக்குவிக்க நீரேற்றத்துடன் இருக்கவும், உங்கள் வழக்கமான உணவை உண்ணவும் மற்றும் நிறைய தண்ணீர் குடிக்கவும்.</p>	<p>உங்கள் மருத்துவர் குறிப்பிட்டு இருந்தால் அன்றி எந்த மருந்துகளையும் எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது.</p>
<p>தேவைப்பட்டால் ஊசி போட்டுக்கொண்ட பகுதியில் குளிர்ந்த ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.</p>	<p>ஊசி போட்டுக்கொண்ட பகுதியில் மசாஜ் செய்வதை அல்லது வெப்ப ஒத்தடம் கொடுப்பதை தவிர்க்கவும்.</p>
<p>24 மணி நேரத்திற்கு பிறகு நீங்கள் வெது வெதுப்பான நீரில் குளிக்கலாம்.</p>	<p>மிகச் சூடான நீரில் குளிக்கக் கூடாது.</p>
	<p>புகைபிடிப்பதை மற்றும் மது அருந்துவதை தவிர்க்கவும்.</p>
<p>இடைமூட்டு ஊசி செலுத்திக்கொண்ட பிறகு 3-14 நாட்கள்</p>	
<p>நீங்கள் படிப்படியாக உங்களுடைய வழக்கமான செயல்பாடுகளில் ஈடுபடலாம் மற்றும் உடற்பயிற்சி செய்யலாம்.</p>	<p>முதல் 7 நாட்களில் எந்த மது பானங்களையும் எடுத்துக் கொள்வதை தவிர்க்கவும்.</p>

குறிப்பு : மேலும் எந்த தகவலுக்கும் தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவருடன் தொடர்பு கொள்ளவும்.

முழங்கால் எலும்பு மூட்டழற்சிக்கான இந்தியாவில் முதல் டிசிஜிஐ* ஒப்புதல் வழங்கப்பட்ட கொடையாளர் மூல ஸ்டெம் செல் சிகிச்சைத் திட்டம்.



ஆஃப்-தி-ஷெல்ஃப், மூலம் பயன்படுத்தப்படுவதால் சிகிச்சையை பெற்றுக்கொள்வதற்கு காத்திருப்பு காலம் இல்லை.

மூல காரணத்தில் செயல்புரிந்து, குருத்தெலும்பின் ஒருங்கிணைவை சீரமைக்கிறது மற்றும் பராமரிக்கிறது.



வலி மற்றும் விறைப்புத்தன்மைக்கு ஆற்றலுடன் நிவாரணம் அளிக்கிறது.

உடல் செயல்பாடு தரமான முறையில் மேம்படுகிறது; விரைவான குணமடைதலை வழங்குகிறது.



2 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக மருத்துவ ஆய்வுகளில் செயல்திறன் மற்றும் பாதுகாப்பு நன்கு நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது.

மிகக்குறைவான துளையிடும் செயல்முறை, இதற்கு எந்த அறுவை சிகிச்சையும் தேவைப்படுவதில்லை.



*டிரக் கன்ட்ரோலர் ஜெனரல் ஆஃப் இந்தியா

References

1. Fox B, Taylor N. Arthritis for Dummies. 3rd Ed. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. 2022. p. 29–40.
2. Knee arthritis. AAOS OrthoInfo. [Internet] Available from: <https://orthoinfo.aaos.org/globalassets/pdfs/knee-osteoarthritis.pdf> Accessed on 21 Sep 2022.
3. Kohn MD, Sassoos AA, Fernando ND. Classifications in brief: Kellgren-Lawrence classification of osteoarthritis. Clin Orthop Relat Res. 2016;474:1886–93.
4. Shmerling RH, medical editor. Living well with osteoarthritis: A guide to keeping your joints healthy. Boston: Harvard Health Publications. 2016.
5. Dieppe PA, Lohmander LS. Pathogenesis and management of pain in osteoarthritis. Lancet. 2005;365:965–73.
6. Hsu H, Siwiec RM. Knee osteoarthritis. StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022 Jan.
7. Loo SJQ, Wong NK. Advantages and challenges of stem cell therapy for osteoarthritis (Review). Biomed Rep. 2021;15:67.
8. StemOne PI, dated 07 Mar 2022.
9. Mayo Clinic Staff. Stem cells: What they are and what they do. [Internet] Available from: <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/bone-marrow-transplant/in-depth/stem-cells/art-20048117> Accessed on 22 Sep 2022.
10. Wang AT, Feng Y, Jia HH, Zhao M, Yu H. Application of mesenchymal stem cell therapy for the treatment of osteoarthritis of the knee: A concise review. World J Stem Cells. 2019;11(4):222–35.
11. Data on file.
12. Northeast Knee Joint Institute Platelet-Rich Plasma (Post-Procedure) Guidelines. Available from: <https://nkjinstitute.com/wp-content/uploads/2019/03/PRP-Post-Procedure-Guidelines.pdf> Accessed on 19 Sep 2022.

StemOne™

அலோஜெனிக் மெசென்சைமல் ஸ்டெம்
செல்ஸ் 25 மில்லியன் செல்ஸ்/மிலி குப்பி

இந்த சிற்றேட்டில் அடங்கியுள்ள தகவல் தொழில்நீதியான மருத்துவரின் ஆலோசனைக்கு அல்லது சிகிச்சைக்கு எந்த விதத்திலும் மாற்று அல்ல. உங்கள் எந்த மருத்துவ நிலை குறித்தும், எப்போதும் மேலும் விவரம் மற்றும் தகவலுக்கு உங்கள் மருத்துவரிடம் கலந்தாலோசனை பெறவும்..

மேலும் விரிவான தகவலுக்கு உங்கள் மருத்துவரிடம் கலந்தாலோசிக்கவும்.

பயன்படுத்தப்பட்டுள்ள படம் மற்றும் விளக்கங்கள் எடுத்துக்காட்டு நோக்கத்திற்காக மட்டும்.

பொதுமக்கள் நலன் கருதி வெளியிடுவோர்

Help line no: 18002120767



Alkem House, Senapati Bapat Road, Lower Parel, Mumbai,
Maharashtra 400013. Tel: +91-22-39829999 | www.alkemlabs.com

TAMIL