

غیر محدود حرکات
ناقابل فراموش لمحات

 **StemOne**TM

بھارت کی پہلی
ایلوجینک میسینکائیمل
اسٹیم سیل تھیراپی
اوسٹیوآرتھرائٹیس گریڈ II اور III کے لئے

مریض کی
تعلیمی
گائیڈ

ہر کوئی کسی بندش یا پابندی کے بغیر
زندگی گزارنے کا مستحق ہے۔

تو کیا ہوا اگر آپ گھٹنوں کے اوامے میں مبتلا ہیں؟





اوسٹیوآرتھرائٹیس کی سب سے عام قسم، گھٹنے کا اوامے ایک انتہائی کمزور حالت ہے، جس کی وجہ سے مریض کے لئے روزمرہ کے آسان ترین کام جیسے چلنا، گھٹنے ٹیکنا، چڑھنا وغیرہ انجام دینا بہت مشکل ہو جاتے ہیں۔ جو بظاہر گھٹنے کے درد سے شروع ہوتا ہے، سب سے عام علامات میں سے ایک، گھٹنے کے جوڑ کی شکل بدل سکتی ہے جس کے نتیجے میں جوڑ غیر مستحکم یا لڑکھڑاتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ اس میں کوئی تعجب کی بات نہیں، یہ کام کے وقت کے ضیاع اور بہت سے لوگوں کے لئے سنگین معذوری کی ایک بڑی وجہ ہے۔

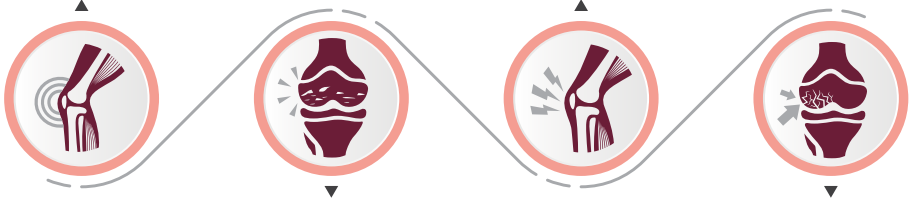
گھٹنے کا اوامے ایک دائمی حالت ہے جس کا کوئی علاج نہیں ہے۔ تاہم، **StemOne™، انقلابی اور بھارت کی اپنی نوعیت کی پہلی اسٹیم سیل تھیراپی** کی بدولت، تمام امیدیں ختم نہیں ہوئیں ہیں۔

یہ گائیڈ آپ کو گھٹنے کے اوامے کے بارے میں سب کچھ سمجھنے اور جاننے میں مدد کرے گی۔ اس سے یہ بھی ظاہر ہوگا کہ StemOne™ حالت کی بنیادی وجہ پر کس طرح کام کرتا ہے، اس طرح، آپ کے گھٹنے کے کام اور اس کے نتیجے میں، وہ لمحات جن کو آپ پسند کرنا چاہتے ہیں، کو بحال کرنے میں مدد کرتا ہے۔

گھٹنے کا اوسٹیوآرتھرائٹیس (اوائے) کیا ہے؟¹

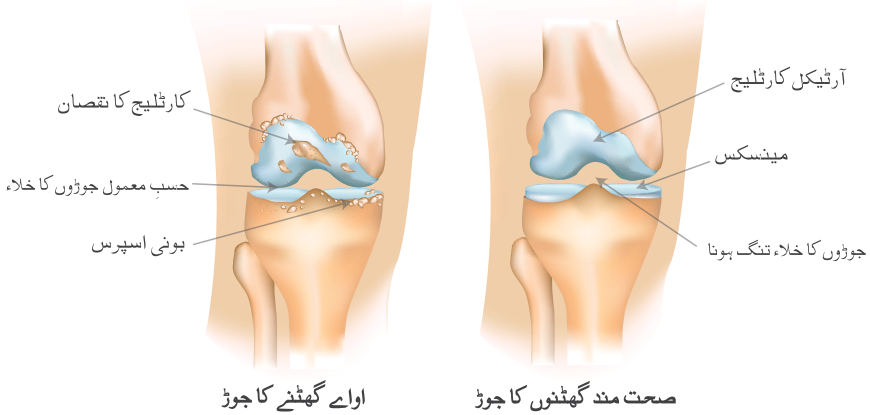
ہڈی کی کمزور جوڑ کے اندر ایک دوسرے کے اوپر آسانی سے پھسل جاتی ہے، جس سے درد ہوتا ہے

جوڑوں کی تکلیف دہ حالت



یہ اوسٹیوآرتھرائٹیس² کی سب سے عام شکل ہے

اس وقت ہوتا ہے جب کارٹلیج (سخت، ربر نما مادہ جو ہڈیوں کے درمیان جوڑ بنانے کے لیے گشن کا کام کرتا ہے) ٹوٹنا شروع ہو جاتا ہے



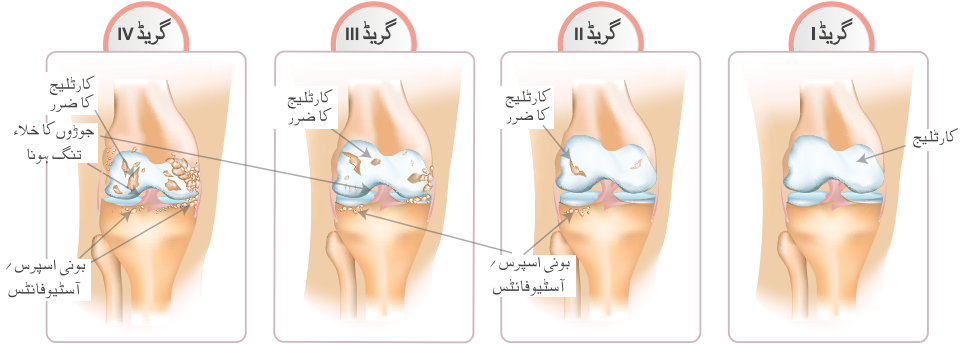
اوائے گھٹنے کا جوڑ

صحت مند گھٹنوں کا جوڑ

شکل 1: نارمل بمقابلہ اوسٹیو آرتھرائٹیس گھٹنے

آپ کو اسے نظر انداز کیوں نہیں کرنا چاہئے؟

اگر آپ گھٹنے کے اوامے کو نظر انداز کرتے ہیں، تو یہ گریڈ I سے گریڈ IV تک بڑھ سکتا ہے، جو کہ جوڑوں کے نقصان کے لحاظ سے سب سے زیادہ شدید ہے۔



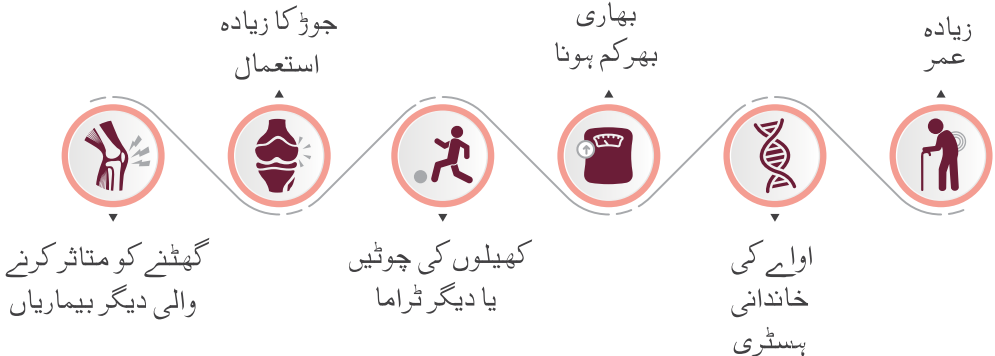
شکل 2: گریڈ I سے گریڈ IV تک گھٹنے کے اوامے کی بڑھوتی

جسم تباہ شدہ کارٹلیج کو ٹھیک کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ بعض اوقات، مرمت کی بڑھتی ہوئی سرگرمی ناہموار سطح کی طرف لے جاتی ہے، جو جوڑوں میں ہموار حرکت کی اجازت نہیں دیتی۔

ٹوٹے ہوئے کارٹلیج اور / یا ہڈی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے جوڑے اندر موجود مائع میں تیر سکتے ہیں۔ جب کارٹلیج ختم ہو جاتی ہے تو ہڈیوں کے سرے جو جوڑ بناتے ہیں ایک دوسرے کے خلاف رگڑنا شروع کر دیتے ہیں اور ہڈیوں کی چھوٹی نشوونما کا سبب بنتے ہیں، جسے طبی طور پر بونی اسپرس آسٹیوفائٹس کہا جاتا ہے۔ نارمل خلا اور شکل بدل سکتی ہے!۔

خطرے کے عوامل جو گھٹنے کے اوامے میں تعاون کر سکتے ہیں

بہت سے عوامل ہیں جو آپ کے گھٹنے کے اوسٹیو آرتھرائٹس میں مبتلا ہونے کا جو کہم بڑھا سکتے ہیں: 2



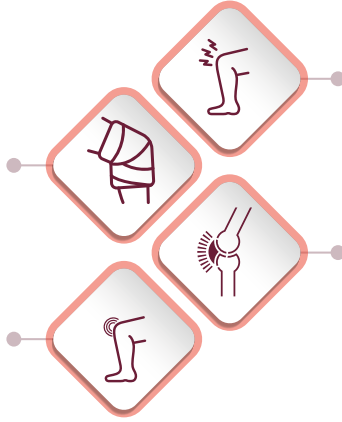
گھٹنے کے اوالے کی نشانیاں اور علامات¹

ھیٹ تھراپی استعمال کریں

- گرم پانی سے نہائیں
- ہیٹنگ پیڈ استعمال کریں

جوڑ کا ٹوٹنا

- جوڑ کو حرکت دینے پر
- کرنچنگ کی آوازیں
- کارٹلیج کے کھردرے ہونے کی وجہ سے



جوڑوں کا درد

- درد جو جوڑوں کے اندر
- گہرائی سے آتا ہے
- عام طور پر مشترکہ استعمال سے بدتر اور آرام سے بہتر

جوڑوں کے گرد گرمی

- کے ساتھ سوجن
- کارٹلیج کو پہنچنے والے نقصان اور جلن کے ردعمل کے طور پر پیدا ہوتا ہے

اوالے کے ساتھ بہتر زندگی گزارنا⁴

سختی اور نقل و حرکت

کا ضیاع

- حرکت کی محدود رینج
- جوڑ کا جھکی ہوئی پوزیشن میں جم جانا

اپنا وزن کم کرنے / برقرار

رکھنے کے لئے صحت

بخش کھائیں

- بہت سارے پھل، سبزیاں، پھلیاں اور ثابت اناج کھائیں
- پروسیسڈ فوڈز کا استعمال کم سے کم کریں

آگے کا منصوبہ بنائیں

- غیر ضروری سرگرمیوں کو ختم کریں
- منظم رہیں اور اکثر استعمال ہونے والی اشیاء کو پہنچ کے اندر رکھیں



باقاعدگی سے ورزش کریں

- حرکت کی حد میں اضافہ کریں اور اپنے پٹھوں کو مضبوط کریں
- صلاحیت پیدا کریں اور اپنا توازن بہتر بنائیں

صحیح قسم کے

جوتے پہنیں

- ایڑی والے جوتوں سے پرہیز کریں، کیونکہ وہ گھٹنوں پر سخت ہوتے ہیں
- آرک سپورٹ کی تھوڑی سی مقدار کے ساتھ جوتے منتخب کریں

ہلکا اوامے



اپنی مدد :
سادہ درد کش ادویات،
بیرونی ایپلی کیشنز، سپلیمنٹس



معلومات اور مشورہ :
ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق تعلیم، وزن میں کمی،
ورزش، طرز زندگی میں تبدیلیاں



سادہ غیر جراحی کے اختیارات :
تجویز کردہ زبانی درد کش ادویات، ورٹیکواسٹیئرائیڈ
انجکشنس، فزیو تھراپی، معاون آلات



اعلیٰ درجے کی غیر جراحی کے اختیارات :
انٹرا آرٹیکولر انجیکشن



جراحی کے اختیارات :
درستی / جزوی یا کل مشترکہ تبدیلی

شدید اوامے

فطرت میں بڑھتے رہنے والا ہونے کی وجہ سے، اوامے بالآخر معذوری کا باعث بن سکتا ہے۔ علامات عام طور پر زیادہ شدید، زیادہ بار بار، اور وقت کے ساتھ زیادہ کمزور ہو جاتی ہیں۔ بیماری کے بڑھنے کی شرح پر شخص میں مختلف ہوتی ہے۔⁶

موجودہ علاج کے اختیارات درد اور معذوری کو کم کرنے پر توجہ مرکوز کرتے ہیں، لیکن وہ بیماری کی بنیادی وجہ کا علاج کرنے کے قابل نہیں ہیں۔⁶ اس طرح، ایک زیادہ قابل اعتماد اور بحالی نقطہ نظر کی ضرورت ہے جو گھٹنے کے اوامے کی بنیادی وجہ کے علاج پر توجہ مرکوز کرے، یعنی جوڑوں کی کارٹلیج کو پہنچنے والے نقصان کے۔⁶

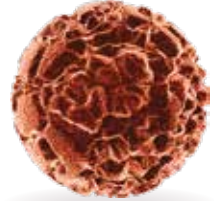
ڈرگ کنٹرولر جنرل آف انڈیا (ڈی سی جی آئی) کے ذریعہ منظور شدہ درجے میں نمبر ایک، معیاری، آف دی شیلف، اسٹیم سیل تھراپی⁸

StemOne™: گریڈ II اور گریڈ III بیمار گھٹنے کے اوامے کے مریضوں میں انٹرا آرٹیکولر ایڈمنسٹریشن⁸



اسٹیم سیلس کیا ہیں؟

اسٹیم سیلس جسم کا خام مال ہیں جس سے باقی تمام خلیات بنتے ہیں۔ یہ خلیے نہ صرف بیٹی کے خلیوں میں تقسیم ہو کر ضرب لگانے کی صلاحیت رکھتے ہیں بلکہ کارٹلیج کے خلیات، ہڈیوں کے خلیات اور پٹھوں کے خلیات جیسے مخصوص خلیات میں بھی بڑھ سکتے ہیں۔ کیا یہ نئی قسم کے خلیے پیدا کرنے کی صلاحیت جسم کے کسی دوسرے خلیے میں موجود نہیں؟⁹

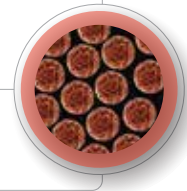


StemOne™ میں اسٹیم سیلس کے فوائد

حاصل کرنا آسان ہے، کیونکہ وہ وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں⁷

کئی مختلف سیل اقسام میں تبدیل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں⁷

کوئی اخلاقی مسئلہ نہیں، کیونکہ وہ صحت مند بالغ بون میرو سے حاصل کیے جاتے ہیں⁷



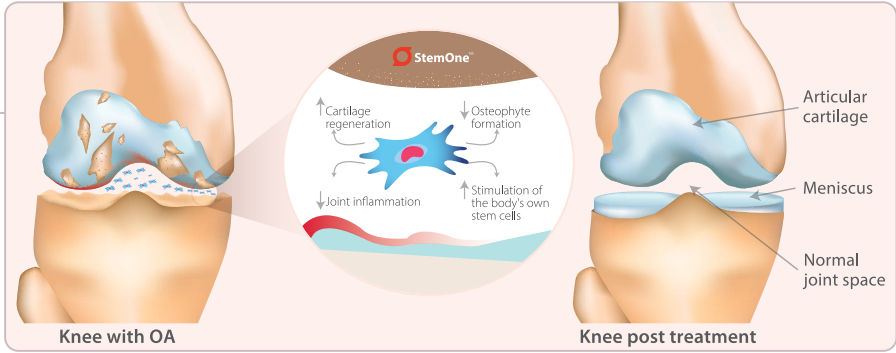
کس طرح StemOne™ گھٹنے کے اوائے کے علاج میں مدد کرتا ہے؟

StemOne™ طبی طور پر گھٹنے کے جوڑے کارٹلیج کی مرمت کرنے کی پیشکش کرتا ہے۔ جیسا کہ تصویر میں دکھایا گیا ہے، یہ خلیے مدد کرتے ہیں: ¹⁰

جوڑوں کے درد اور سختی کو کم کرنے کے لئے

کارٹلیج ٹشو کی مرمت یا تبدیل کرنے کے لیے جسم کے اپنے خلیات کو متحرک کرنے کے لئے

جسمانی عمل کو بہتر بنانے کے لئے



Knee with OA

Knee post treatment

StemOne™ کیسے تیار کیا جاتا ہے؟

StemOne™ مصنوعات کو

استعمال کرنے کے لئے تیار ہے

StemOne™ ایک سیل بینک سے حاصل کیا جاتا ہے جو صحت مند عطیہ دہندگان سے ہون میرو ایسپی ریٹس کو جمع کر کے بنایا جاتا ہے۔



ایک بار جب StemOne™ شیشی ڈیلیوری ہو جاتی ہے، تو آپ کا ڈاکٹر اس کا علاج کرنے کے لئے ایک معیاری پروٹوکول پر عمل کرے گا۔

اس کے بعد StemOne™ کو کرانیوپریزروڈ کیا جاتا ہے۔

سخت معیار کی جانچ کے بعد، آخری StemOne™ شیشی کو ڈیلیوری کے لیے -185°C سے -196°C پر بھیج دیا جاتا ہے۔

اپنے StemOne™ انجکشن کے لئے تیار ہونا

آپ کو اپنا StemOne™ انجکشن لگوانے سے ایک دن پہلے اسپتال میں داخل ہونا پڑے گا اور اگلے دن آپ کو بھیج دیا جائے گا⁸۔

StemOne™ خصوصی سائروچینس لاجسٹکس کا استعمال کرتے ہوئے مینوفیکچرنگ کی سہولت چھوڑ دیتا ہے۔

اس سے پہلے کہ آپ کا ڈاکٹر آپ کے جوڑ میں StemOne™ کا انجیکشن لگائے، آپ اسے انجکشن کی تیاری کرتے ہوئے دیکھ سکتے ہیں۔ آپ کے علم اور فہم کے لئے اس پورے عمل کو ذیل میں دکھایا گیا ہے:¹¹



پروڈکٹ کے استحکام کو یقینی بنانے کے لئے ڈیٹا لاگ پر درجہ حرارت کی جانچ کی جائے گی۔



کرائیوجینک دستانے پہن کر، کرائیو شیپر کھولا جائے گا۔



کرائیو شیپر آپ کے ڈاکٹر کے کلینک/اسپتال میں موصول ہوتا ہے۔



کرائیو شیپر کا ڈھکن کھول دیا جائے گا۔



کنسنٹر اسٹینڈ کو ہٹا دیا جائے گا۔



StemOne™ شیشی کے خانے سے پھر سے حاصل کی جائے گی۔



اسے StemOne™ شیشی میں داخل کیا جائے گا۔



پلازمالانٹ-اے نامی محلولوں کا 1 ملی لیٹر ایک سیرینج میں کھینچا جائے گا۔



StemOne™ شیشی کو کمرے کے درجہ حرارت پر لانے کے لئے اسے پگھلا دیا جائے گا۔

آخر میں، آپ کا ڈاکٹر ہیلورونک ایسڈ کے ساتھ آپ کے گھنٹے کے جوڑ میں StemOne™ لگائے گا۔

کیا نہ کریں



کیا کریں



انٹرا آرٹیکولر انجکشن کے بعد 0 تا 3 دن

انجکشن کے بعد 72 گھنٹے تک سخت یا طویل وزن اٹھانے والی سرگرمیوں سے پرہیز کریں۔	انجکشن کے بعد 24 گھنٹے آرام کریں، سوائے بائیو بریکس کے۔
کوئی دوا نہ لیں، جب تک کہ آپ کے ڈاکٹر کی طرف سے وضاحت نہ کی جائے۔	ہائیڈریٹیڈ رہیں، اپنا باقاعدہ کھانا کھائیں، اور راحت کو بڑھاوا دینے کے لئے خوب پانی پیئیں۔
انجکشن والے حصے پر گرم پیک لگانے یا مساج کرنے سے گریز کریں۔	اگر ضرورت ہو تو صرف ایک کولڈ پیک انجکشن والے حصے پر لگائیں۔
بہت زیادہ گرم پانی سے نہ نہائیں۔	آپ 24 گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے نہا سکتے ہیں۔
سگریٹ نوشی اور شراب پینے سے پرہیز کریں۔	
انٹرا آرٹیکولر انجکشن کے 3 تا 14 دنوں بعد	
پہلے 7 دنوں میں کسی بھی الکوحل والے مشروبات کے استعمال سے پرہیز کریں۔	آپ آہستہ آہستہ اپنی معمول کی سرگرمیوں اور ورزش پر واپس جا سکتے ہیں۔

نوٹ: براہ کرم اپنی مزید کسی بھی معلومات کے لئے رابطہ کریں۔

گھٹنے کے اوامے کے علاج میں اسٹیمون™ کیوں قابل ترجیح ہے؟



* ڈرگ کنٹرولر جنرل آف انڈیا

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™

ایلو جینک میسینکائیمیل اسٹیم سیلس
25 ملٹین سیلس / 1 ایم ایل شیشی

یہاں موجود معلومات کا مقصد کسی بھی طرح سے پیشہ ورانہ طبی مشورے یا علاج کا متبادل نہیں ہے۔ کسی بھی سوال کے لئے جو آپ کو کسی بھی طبی حالت کے بارے میں پیش آسکتا ہے، ہمیشہ اپنے معالج سے مشورہ لیں۔

مزید تفصیلی معلومات کے لئے، براہ کرم اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔
استعمال شدہ تصویر اور عکاسی صرف نمائندگی کے مقصد کے لئے ہیں۔