

गर्भाशय ग्रीवा का मांसपेशी विकार

यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

आप क्या महसूस कर रहे हैं

गर्भाशय ग्रीवा के मांसपेशी रोग गर्दन की एक पहनने और आंसू की स्थिति है जो रीढ़ की हड्डी पर दबाव डालती है। यह अधिकतर पचास वर्ष से अधिक आयु के लोगों को प्रभावित करता है। शुरुआती संकेत अक्सर सूक्ष्म होते हैं, इसलिए बहुत से लोग उन्हें उम्र बढ़ने के लिए जिम्मेदार ठहराते हैं।

सबसे आम परिवर्तन आपके हाथों में दिखाई देते हैं। आप असुविधा महसूस कर सकते हैं और चीजों को छोड़ सकते हैं। छोटे-छोटे काम कठिन हो जाते हैं: सिक्के उठाना, बटन बांधना या हाथ से लिखना। आपकी लिखावट पहले की तरह नहीं दिखती है। आपके हाथों या हाथों में कुछ सुन्नता सामान्य है, हालांकि यह अक्सर एक तंत्रिका के नीचे एक साफ पैटर्न का पालन नहीं करता है।

आपका चलना भी बदल सकता है। आप संतुलन से बाहर महसूस कर सकते हैं, दीवारों से टकरा सकते हैं, या स्थिर महसूस करने के लिए एक व्यापक रुख की आवश्यकता हो सकती है। कुछ लोग गिर जाते हैं। आपके पैरों में जकड़न आ सकती है, और आपके कदमों में सहजता आ सकती है।

एक अजीब लक्षण जो कुछ लोगों को दिखाई देता है वह है एक बिजली के झटके की अनुभूति जो आपकी पीठ के नीचे और आपकी बाहों या पैरों में गोली मारती है जब आप अपनी गर्दन को आगे झुकाते हैं। इसे Lhermitte का चिन्ह कहा जाता है।

इस स्थिति के साथ सिरदर्द भी हो सकता है। वे आमतौर पर सिर के पीछे महसूस किए जाते हैं, सुबह में बदतर होते हैं, और जैसे-जैसे दिन आगे बढ़ता है।

कुछ चीजें जो आप उम्मीद कर सकते हैं वे अक्सर गायब हो जाती हैं। गर्दन का दर्द अनुपस्थित हो सकता है, यहां तक कि जब पहनने और आंसू उन्नत है। सच्ची कमजोरी देर से आ सकती है, या बिल्कुल भी नहीं आ सकती। आंत और मूत्राशय में परिवर्तन भी देर से दिखाई देते हैं, यदि वे बिल्कुल भी दिखाई देते हैं।

यदि इसका इलाज न किया जाए तो 50 प्रतिशत से अधिक लोग गंभीर रूप से विकलांग हो जाते हैं। सर्जरी का उद्देश्य उस प्रगति को रोकना है, और जितनी जल्दी यह किया जाता है, उतना ही बेहतर काम करता है। जब रोग के प्रारम्भिक चरण में उपचार किया जाता है तो ठीक होने की संभावना अधिक होती है।

यदि इनमें से कुछ भी परिचित लगता है, तो यह आपकी गर्दन की जांच के लायक है।

वास्तव में क्या हो रहा है

आपकी गर्दन हड्डियों का एक ढेर है जिसमें प्रत्येक जोड़ी के बीच एक नरम तकिया है। तकिए सदमे अवशोषक की तरह काम करते हैं। उनके पीछे एक सुरंग है जो रीढ़ की हड्डी की रक्षा करती है, तंत्रिकाओं का तार जो आपके मस्तिष्क और आपके शरीर के बीच संदेश ले जाता है।

वर्षों के साथ, वे तकिए सूख जाते हैं और ऊंचाई खो देते हैं। जब वे समतल हो जाती हैं, तो ऊपर और नीचे की हड्डियां एक-दूसरे के करीब आ जाती हैं, और शरीर के किनारों पर अतिरिक्त हड्डी उगती है। सुरंग के अंदर के लिगामेंट भी मोटे हो जाते हैं और अंदर की ओर मुड़ जाते हैं। यह सब सुरंग को सामने और पीछे से एक साथ संकीर्ण करता है। कॉर्ड को सामने के उबलते कुशन और पीछे के मुड़े हुए लिगामेंट के बीच दबा दिया जाता है।

कुछ लोग दूसरों की तुलना में संकीर्ण सुरंग के साथ पैदा होते हैं। इससे कम जगह बचती है, इसलिए कॉर्ड को निचोड़ने से पहले कम पहनने और फाड़ने की आवश्यकता होती है। अपनी गर्दन को पीछे की ओर झुकाने से सुरंग और भी तंग हो जाती है, यही कारण है कि जब आप ऊपर देखते हैं तो कुछ लक्षण भड़क जाते हैं। आगे झुकने से निचोड़ना थोड़ा आसान हो जाता है।

एक निचोड़ा हुआ कॉर्ड सिर्फ दर्द नहीं करता है। यह ठीक से काम करना बंद कर देता है। इसके माध्यम से जाने वाले संदेश धीमे या भ्रमित हो जाते हैं, और यही कारण है कि आपके हाथ कुटिल हो जाते हैं, आपका चलना अस्थिर हो जाता है, और जब आप अपनी गर्दन को आगे झुकाते हैं तो आपके शरीर पर बिजली के झटके पड़ते हैं।

पहनना और फाड़ना आम बात है। पचास वर्ष से अधिक आयु के अधिकतर लोगों को यह स्कैन पर दिखाई देता है, और अधिकतर कभी भी इससे कुछ महसूस नहीं करते। समस्या तब शुरू होती है जब संकुचन उस बिंदु को पार कर जाता है जहां कॉर्ड के पास अब अतिरिक्त जगह नहीं है। लक्षण तब चरणों में आगे बढ़ते हैं: कुछ भी नहीं बदलता है, जिसके बाद अचानक गिरावट आती है।

अकेले रहने पर, यह स्थिति आमतौर पर बेहतर होने के बजाय बदतर हो जाती है। इलाज न करने वाले आधे से अधिक लोग गंभीर रूप से विकलांग हो जाते हैं। यही कारण है कि सर्जरी की पेशकश की जाती है: यह चीजों को बदतर होने से रोकने के लिए कॉर्ड से दबाव को दूर करता है, और जितनी जल्दी यह किया जाता है, उतनी ही बेहतर वसूली की संभावनाएं होती हैं।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

मेटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंगों के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपकी स्थिति के अनुरूप कम से कम आक्रामक विकल्पों से शुरू करते हैं। मरीजों को आम तौर पर उनके जीपी द्वारा हमारे क्लिनिक में भेजा जाता है; यदि एक फिजियोथेरेपिस्ट ने सुझाव दिया है कि आप हमें देखें, तो आपको मेडिकेयर छूट के लिए पात्र होने के लिए अपने जीपी से एक रेफरल की आवश्यकता होगी। हम एक इतिहास, एक परीक्षा और इमेजिंग के साथ निदान की पुष्टि करते हैं जहां आवश्यक हो।

कॉर्ड लक्षणों के बिना हल्के पहनने और आंसू के लिए, हम अक्सर गैर-सर्जिकल देखभाल के साथ शुरू करते हैं। इसमें गर्दन के मजबूत ब्रेसलेट, विरोधी भड़काऊ दवा और आइसोमेट्रिक व्यायाम शामिल हो सकते हैं, जहां आप जोड़ को हिलाए बिना अपनी गर्दन की मांसपेशियों को कसते हैं। फिजियोथेरेपी का उद्देश्य आपको सुरक्षित रूप से चलते रहना और लक्षणों को दूर करना है। यदि हम इस मार्ग को चुनते हैं, तो सावधानीपूर्वक और बार-बार अनुवर्ती जांच आवश्यक है। हम किसी भी बदलाव के लिए देखते हैं, क्योंकि यह स्थिति अचानक से बदतर हो सकती है।

कुछ लोगों के लिए, सर्जरी को जल्द से जल्द विचार किया जाता है। यदि स्कैन से पता चलता है कि कॉर्ड संकुचित है लेकिन आपके पास अभी तक माइलोपैथी के लक्षण नहीं हैं, तो परीक्षण पर कुछ तंत्रिका परिवर्तन उन्हें विकसित करने के उच्च जोखिम की ओर इशारा करते हैं। उस मामले में, हम आप के साथ सर्जरी चर्चा करेंगे ताकि आप इसे वजन कर सकते हैं।

जब मायलोपैथी के लक्षण मध्यम या गंभीर होते हैं तो आमतौर पर सर्जरी की सिफारिश की जाती है। इसका उद्देश्य रीढ़ की हड्डी और किसी भी चिपकी हुई नसों से दबाव को दूर करना है, किसी भी विकृति को ठीक करना है, और गर्दन को स्थिर रखना है ताकि सुधार चले। विशेष रूप से कम अन्य स्वास्थ्य समस्याओं वाले लोगों के लिए, पहले उपचार से ठीक होने की अधिक संभावना होती है। जहां कॉर्ड बुरी तरह से संपीड़ित है, सर्जरी का उद्देश्य कार्य में सुधार करना है, न कि केवल प्रगति को रोकना।

इस ऑपरेशन का अपना एक पेज है, इसलिए हम यहां तकनीक के बारे में बात नहीं करेंगे। संक्षेप में, यह गर्दन के सामने या पीछे से किया जा सकता है, और चुनाव इस बात पर निर्भर करता है कि कॉर्ड को कहाँ दबाया जाता है, कितने स्तर शामिल हैं, और आपकी गर्दन का आकार। हम आपको उस विकल्प के बारे में बताएंगे जो आपके स्कैन और आपके लक्षणों के अनुरूप हो, और साथ में निर्णय लें।

क्या उम्मीद करें

यह स्थिति शायद ही कभी अपने आप ठीक हो जाती है। अकेले छोड़ दिया जाता है, यह आमतौर पर बेहतर के बजाय बदतर हो जाता है, और यह शांत खिंचाव के बाद अचानक कदमों में ऐसा कर सकता है। इलाज न करने वाले आधे से अधिक लोग गंभीर रूप से विकलांग हो जाते हैं। आपके लक्षण जितने अधिक समय से मौजूद हैं, उतनी ही अच्छी तरह से ठीक होने की संभावना कम होती है, यही कारण है कि शीघ्र उपचार महत्वपूर्ण है।

सर्जरी के साथ, लक्ष्य चीजों को बदतर होने से रोकना है, और कई लोगों के लिए यह कार्य में सुधार भी करता है। सर्जरी के बाद अधिकांश लोगों में सुधार होता है, हालांकि हर शुरुआती लाभ स्थायी नहीं होता है। सर्जरी के दस साल बाद तकरीबन 17.9% लोगों में लक्षणों की कुछ वापसी होती है। आगे देखते हुए, 89.3% लोग सर्जरी के पांच साल बाद अपने न्यूरोलॉजिकल कार्य को बनाए रखते हैं, और 77.3% दस साल बाद। हल्के लक्षण वाले कुछ लोगों में सुधार होने की सबसे अधिक संभावना होती है, और जिन लोगों को बीमारी में पहले इलाज किया जाता है, उनके पास अन्य स्वास्थ्य समस्याओं की संख्या कम होती है, वे बेहतर करते हैं।

वसूली तुरंत के बजाय धीरे-धीरे होती है। सर्जरी के बाद के महीनों में कॉर्ड से दबाव हटाने का लाभ अधिक स्पष्ट हो जाता है, रातोंरात नहीं। कुछ लक्षण दूसरों की तुलना में अधिक आराम करते हैं, और कोई भी वादा नहीं कर सकता कि आपका कौन सा ठीक हो जाएगा। यदि आपको मधुमेह है, बुजुर्ग हैं, या लंबे समय से लक्षण हैं, तो ठीक होने में अधिक समय लग सकता है। वृद्ध लोगों के लिए सर्जरी अभी भी एक उचित विकल्प है।

इसके साथ-साथ जोखिम भी हैं। गर्दन के सामने की सर्जरी के बाद कुछ समय के लिए निगलने में कठिनाई हो सकती है, और आपकी आवाज में परिवर्तन हो सकता है; दोनों आमतौर पर अस्थायी होते हैं। एक पिघले हुए खंड के बगल के स्तर पर नए पहनने और आंसू समय के साथ, प्रति वर्ष लगभग 3% की दर से विकसित हो सकते हैं। आपका सर्जन आपको कुछ भी निर्णय लेने से पहले आपके ऑपरेशन से जुड़े जोखिमों के बारे में बताएगा।

किसी से कब मिलना है

यदि आप उपर्युक्त में वर्णित किसी भी परिवर्तन को नोटिस करते हैं, तो तुरंत अपने चिकित्सक से परामर्श करें: आपके हाथों में लापरवाही या सुन्नता, बटन या सिक्कों के साथ कठिनाई, हस्तलेखन जो बदल गया है, अस्थिर चलना, आपके पैरों में जकड़न, या जब आप अपनी गर्दन को आगे झुकाते हैं तो बिजली के झटके महसूस करते हैं। ये संकेत सूक्ष्म हो सकते हैं और उम्र बढ़ने पर दोष देना आसान हो सकता है, लेकिन वे यह देखने के लिए इंतजार करने के बजाय उचित जांच के लायक हैं कि क्या वे बस जाते हैं।

यदि आपके जीपी को संदेह है कि रीढ़ की हड्डी को दबाया जा रहा है, या यदि आपके लक्षण स्पष्ट रूप से चरणों में खराब हो रहे हैं, तो एक विशेषज्ञ की समीक्षा के लिए पूछें।

यदि आप अचानक अपने हाथों या पैरों में शक्ति या अनुभूति खो देते हैं, या यदि आप अपने मूत्राशय या आंतों को नियंत्रित नहीं कर सकते हैं, तो आपातकालीन विभाग में जाएं। इस तरह के अचानक परिवर्तनों को उसी दिन मूल्यांकन की आवश्यकता होती है, क्योंकि कॉर्ड पर दबाव जो जल्दी से आता है वह स्थायी क्षति का कारण बन सकता है।