

मेटास्टेटिक रीढ़ की हड्डी का रोग

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

कैंसर का दर्द जो रीढ़ की हड्डी में फैल जाता है, आमतौर पर पीठ के मध्य या निचले हिस्से में शुरू होता है, क्योंकि कशेरुकी शरीर (प्रत्येक रीढ़ की हड्डी के सामने की हड्डी का ब्लॉक) वह जगह है जहाँ यह पहले बसता है। यह अक्सर किसी भी तंत्रिका लक्षणों के प्रकट होने से पहले महीनों में बनता है, हालांकि यह अचानक भी आ सकता है यदि कमजोर हड्डी एक संपीड़न फ्रैक्चर में ढह जाती है। रात में दर्द जो आपको जगाता है, या चोट लगने के बाद लंबे समय तक दर्द जारी रहता है, दोनों चेतावनी के संकेत हैं जिन्हें गंभीरता से लेने की आवश्यकता है।

आप देख सकते हैं कि यह दर्द आराम के दौरान होता है, न कि केवल जब आप चलते हैं। बिस्तर पर बैठना, कुर्सी से उठना, वाशिंग मशीन को लोड करने के लिए झुकना, या खाना बनाते समय खड़े होना सभी कठिन हो सकते हैं। यदि ट्यूमर तंत्रिकाओं या रीढ़ की हड्डी पर दबाव डालता है, तो आप अपने पैरों में सुन्नता, सुइयों और सुइयों, या कमजोरी महसूस कर सकते हैं, और चलना अस्थिर हो सकता है। मूत्राशय या आंत नियंत्रण के साथ नई समस्याओं को तत्काल ध्यान देने की आवश्यकता है।

कुछ लोगों को दुर्घटना से पता चलता है, जब नियमित कैंसर जांच के हिस्से के रूप में किया गया एक हड्डी स्कैन रीढ़ की हड्डी में एक स्थान उठाता है इससे पहले कि वे कुछ भी महसूस करें। अन्य लोग पीठ दर्द के साथ आते हैं और कैंसर का कोई इतिहास नहीं होता है, और यह पता लगाने के लिए परीक्षणों की आवश्यकता होती है कि क्या कारण पतली हड्डियाँ (ऑस्टियोपोरोसिस) या कुछ और है। पीठ दर्द के साथ अनजाने वजन घटाना एक और संकेत है जो आपके डॉक्टर जांच करना चाहेंगे।

यदि आपको ऑस्टियोपोरोसिस से होने वाले संपीड़न फ्रैक्चर के लिए इलाज किया गया है, लेकिन दर्द कम नहीं होता है, या हड्डी टूटती रहती है, तो छोटे सुई बायोप्सी सहित आगे के परीक्षण वास्तविक कारण का पता लगा सकते हैं। जल्दी पता लगाना महत्वपूर्ण है, क्योंकि देरी से रोग प्रगति कर सकता है और तंत्रिका कार्य को प्रभावित कर सकता है।

वास्तव में क्या हो रहा है

आपकी रीढ़ की हड्डियों का एक ढेर है जिसमें एक सुरंग है जो उनकी पीठ के नीचे से गुजरती है, और उस सुरंग के अंदर रीढ़ की हड्डी और तंत्रिकाएं होती हैं जो आपके मस्तिष्क और आपके पैरों, आपके मूत्राशय और आपके आंतों के बीच संदेश ले जाती हैं। प्रत्येक रीढ़ की हड्डी का सामने का हिस्सा, हड्डी का ब्लॉक जिसे कशेरुकी शरीर कहा जाता है, वजन उठाने का अधिकांश काम करता है, एक इमारत में लोड-बेयरिंग स्तंभों की तरह। जब कैंसर रीढ़ की हड्डी में फैलता है, तो यह लगभग हमेशा पहले उस सामने के ब्लॉक में बसता है, और केवल बाद में हड्डी के पीछे के हिस्सों तक पहुंचता है।

जैसे-जैसे ट्यूमर हड्डी के अंदर जगह लेता है, हड्डी धीरे-धीरे खा जाती है और कमजोर हो जाती है। समस्या यह है कि यह चुपचाप होता है: सामान्य एक्स-रे पर हड्डी तब तक क्षतिग्रस्त नहीं होती जब तक कि उसका 30% से अधिक भाग नष्ट नहीं हो जाता। तो हड्डी अपनी बहुत ताकत खो सकती है इससे पहले कि आप बहुत कुछ महसूस करें। जिस दर्द के बारे में आपने उपरोक्त भाग में पढ़ा है वह उस कमजोर पड़ने का परिणाम है, और यदि हड्डी पर्याप्त कमजोर हो जाती है तो वह ढह सकती है, जो पहले वर्णित संपीड़न फ्रैक्चर है।

यदि ट्यूमर या एक ढह गई हड्डी रीढ़ की हड्डी या इसके पीछे की सुरंग में तंत्रिकाओं पर दबाव डालती है, तो यह तब होता है जब सुन्नता, पिन और सुइयों, कमजोरी या मूत्राशय या आंत्र नियंत्रण में कठिनाई दिखाई दे सकती है। कंधे के पंखों के बीच की रीढ़ की हड्डी का हिस्सा यहां महत्वपूर्ण है, क्योंकि कॉर्ड के लिए सुरंग उस क्षेत्र में सबसे संकीर्ण है, इसलिए दबाव के कारण समस्याओं से पहले कम अतिरिक्त जगह है।

स्तन, फेफड़े, थायराइड, गुर्दे, आंतों और प्रोस्टेट कैंसर में सबसे अधिक हड्डियों तक फैलने वाले कैंसर शामिल हैं। गर्दन की तुलना में रीढ़ की हड्डी के निचले हिस्से अधिक बार प्रभावित होते हैं। किसी भी उपचार का उद्देश्य, जिसमें सर्जरी भी शामिल है जहां यह उचित है, रीढ़ की हड्डी को स्थिर करना है, तंत्रिकाओं से दबाव को दूर करना है और दर्द को कम करना है, ताकि आप अपने पैरों पर रह सकें और अपने जीवन की गुणवत्ता को यथासंभव लंबे समय तक बनाए रख सकें।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

मैटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंगों के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपके इलाज को आपकी स्थिति और आपकी जीवन प्रत्याशा के अनुरूप बनाते हैं, क्योंकि दोनों ही यह निर्धारित करते हैं कि क्या करना उचित है। 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 आपको एक इतिहास, एक परीक्षा और इमेजिंग के साथ आकलन करते हैं जहां आवश्यक हो, और हम आपकी कैंसर टीम के साथ काम करते हैं यह तय करने के लिए कि आपको आरामदायक और अपने पैरों पर रहने में क्या मदद मिलेगी।

कुछ कैंसर सर्जरी के बिना उपचार के लिए अच्छी तरह से प्रतिक्रिया करते हैं। यदि ट्यूमर उस प्रकार का है जो विकिरण चिकित्सा, कीमोथेरेपी या हार्मोन थेरेपी के साथ सिकुड़ता है, तो आपको बस इतना ही चाहिए। विकिरण चिकित्सा का उपयोग अक्सर तब किया जाता है जब दर्द हो लेकिन तंत्रिकाएं अभी तक दबाव में नहीं हैं और हड्डी ढहने वाली नहीं है। इसका उपयोग लिम्फोमा और माइलोमा जैसे ट्यूमर के लिए भी किया जाता है, जो तब भी विकिरण का जवाब देते हैं जब कॉर्ड पहले से ही संपीड़ित है। मजबूत स्टेरॉयड दवाओं का एक छोटा कोर्स ट्यूमर के आसपास की सूजन को कम कर सकता है और नसों पर दबाव को कम कर सकता है। जब अन्य स्वास्थ्य समस्याएं सर्जरी को असुरक्षित बनाती हैं, जब समय कम होता है, या जब कई रीढ़ की हड्डियां शामिल होती हैं, तो रेडियोथेरेपी भी पसंद की जा सकती है। एक विकल्प जो हम पेश कर सकते हैं वह है साइबर नाइफ रेडियो सर्जरी, एक कंप्यूटर-निर्देशित उपचार जो ट्यूमर पर विभिन्न दिशाओं से विकिरण की कई छोटी किरणों को लक्षित करता है। यह एक से तीन सत्रों में एक आउट पेशेंट के रूप में किया जाता है और उन लोगों के लिए उपयुक्त हो सकता है जिन्हें पहले से ही विकिरण दिया गया है। एक और है वर्टेब्रोप्लास्टी, जहां हड्डी की सीमेंट को कमजोर रीढ़ की हड्डी में स्थिर करने और दर्द को कम करने के लिए रखा जाता है, इसका उपयोग तब किया जाता है जब हड्डी अस्थिर नहीं होती है और नसों को संपीड़ित नहीं किया जाता है।

सर्जरी पर विचार किया जाता है जब विकिरण के बावजूद ट्यूमर बढ़ता रहता है, जब ट्यूमर से हड्डी रीढ़ की हड्डी या तंत्रिकाओं पर दबाव डाल रही है, जब एक कमजोर हड्डी गिरने वाली है या पहले से ही टूट चुकी है, या जब रीढ़ की हड्डी अस्थिर हो गई है। यह तब भी माना जाता है जब विकिरण के साथ दर्द या तंत्रिका समस्याओं का समाधान नहीं होता है। कॉर्ड से दबाव हटाने के लिए सर्जरी को विकिरण के साथ जोड़ना लोगों को चलने के लिए अकेले विकिरण से बेहतर काम करता है। सर्जरी का उद्देश्य दर्द को दूर करना, तंत्रिकाओं पर दबाव कम करना और स्थिरता का पुनर्निर्माण करना है ताकि आप आगे बढ़ सकें। यह एक साझा निर्णय है, जो आपके, आपके परिवार और आपकी कैंसर टीम के साथ लिया गया है, जो इस बात पर आधारित है कि आपका शरीर क्या सहन कर सकता है और आप क्या हासिल करना चाहते हैं।

क्या उम्मीद करें

जो कैंसर रीढ़ की हड्डी में फैल गया है वह एक गंभीर स्थिति है, और उपचार आमतौर पर एक वास्तविक वसूली अवधि के साथ एक बड़ा उपक्रम है। लेकिन यह आपके दिन-प्रतिदिन के जीवन में भी वास्तविक बदलाव ला सकता है। स्पाइनल मेटास्टेसिस के लिए सर्जरी दर्द को कम कर सकती है और आपकी कार्यक्षमता में सुधार कर सकती है, और यह आपको अपने पैरों पर बने रहने और अपने लिए और अधिक करने में मदद कर सकती है। जहां कैंसर रीढ़ की हड्डी में केवल एक स्थान पर फैल गया है, या जहां तंत्रिकाएं दबाव में हैं, सर्जरी आपके रहने की स्थितियों और जीवन की गुणवत्ता में सुधार कर सकती है।

उपचार का मुख्य लक्ष्य कैंसर को ठीक करना नहीं है। यह रीढ़ की हड्डी को स्थिर करने, तंत्रिकाओं से दबाव दूर करने और दर्द को कम करने के लिए है, ताकि आपके जीवन की गुणवत्ता में यथासंभव लंबे समय तक सुधार हो सके। सर्जरी आपके जीवन का विस्तार नहीं कर सकती, लेकिन यह आम तौर पर आपके समय को अधिक आरामदायक और अधिक गतिशील बनाती है। ज्यादातर लोग जो स्पाइनल मेटास्टेसिस के लिए पैलीएटिव सर्जरी करते हैं, वे पाते हैं कि वे बाद में अपनी दैनिक गतिविधियों को और अधिक कर सकते हैं, चाहे उनकी उम्र कुछ भी हो। गर्दन के ट्यूमर के लिए, सर्जरी अच्छे परिणाम देती है और अक्सर यह एक पसंदीदा उपचार होता है।

सर्जरी क्या हासिल कर सकती है इसकी ईमानदार सीमाएं हैं। इस प्रकार की सर्जरी के लिए जटिलता दर अन्य जटिल रीढ़ की हड्डी की सर्जरी के लिए तुलनीय है, और कभी-कभी ऑपरेशन के दौरान या बाद में समस्याएं गंभीर हो सकती हैं। कुछ कारक एक अच्छे परिणाम के खिलाफ काम करते हैं, जिसमें गर्दन के छाती से मिलने वाले ट्यूमर और रीढ़ की हड्डी में या उससे परे व्यापक रूप से फैला हुआ कैंसर शामिल है। आपका सामान्य स्वास्थ्य और आपके कैंसर का प्रकार भी यह निर्धारित करता है कि सर्जरी क्या हासिल कर सकती है, और आपकी टीम कुछ भी अनुशंसा करने से पहले आपके साथ इनका वजन करेगी।

रीढ़ की हड्डी का इलाज न करने से इसके अपने जोखिम होते हैं। यदि एक कमजोर हड्डी ढह जाती है या ट्यूमर रीढ़ की हड्डी पर दबाव बनाए रखता है, तो पक्षाघात और मूत्राशय या आंतों के नियंत्रण का नुकसान हो सकता है, और यह क्षति स्वयं को पूर्ववत नहीं कर सकती है। उपचार जो कि विकिरण के साथ कॉर्ड से दबाव हटाने को जोड़ती है, लोगों को चलने के लिए अकेले विकिरण की तुलना में बेहतर काम करती है। आपकी कैंसर टीम, आपका जीपी और आपका सर्जन मिलकर उस दृष्टिकोण की योजना बनाएंगे जो आपको यथासंभव आरामदायक और स्वतंत्र समय प्रदान करता है।

किसी से कब मिलना है

यह प्रतीक्षा करने की स्थिति नहीं है। उसी दिन आपातकालीन विभाग में जाएं यदि आपके पैरों में नई कमजोरी, सुन्नता या पिन और सुइयां हैं, या आपके मूत्राशय या आंतों को नियंत्रित करने में नई समस्या है। इसका मतलब यह है कि रीढ़ की हड्डी दबाव में हो सकती है, और यह क्षति स्थायी हो सकती है यदि इसे जल्दी से नहीं निपटाया जाता है।

यदि आपको कैंसर है और सप्ताहों या महीनों से पीठ दर्द हो रहा है, रात में आपको दर्द हो रहा है, या बिना किसी चोट के अचानक दर्द हो रहा है, तो एक विशेषज्ञ की जांच के लिए पूछें। यह भी पूछें कि क्या आप 50 वर्ष से अधिक उम्र के हैं, बिना कोशिश किए वजन कम कर चुके हैं, या बिना किसी स्पष्ट कारण के पीठ दर्द है जो कम नहीं हो रहा है।

पहले अपने चिकित्सक से मिलें यदि आपको एक संपीड़न फ्रैक्चर के लिए इलाज किया गया है जिसे पतली हड्डियों से माना जाता है, लेकिन दर्द में सुधार नहीं होता है या हड्डी टूटती रहती है। आपका जी.पी. परीक्षणों की व्यवस्था कर सकता है और यदि आवश्यक हो तो आपको रेफर कर सकता है।