

रीढ़ की हड्डी की चोट और फ्रैक्चर वर्गीकरण

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

रीढ़ की हड्डी में चोट लगने के बाद, दर्द या कोमलता आपकी रीढ़ की हड्डी के साथ कहीं भी दिखाई दे सकती है, आपकी खोपड़ी के आधार से आपकी पुच्छल हड्डी तक। कुछ लोग इसे एक स्पष्ट स्थान पर महसूस करते हैं। अन्य लोग इसे पीठ या गर्दन के एक बड़े क्षेत्र में महसूस करते हैं। अधिकांश रीढ़ की हड्डी की चोटें तंत्रिका समस्याओं का कारण नहीं बनती हैं, लेकिन केवल दर्द ही आपकी रीढ़ की हड्डी की जांच के लिए पर्याप्त कारण है।

जहां चोट बैठती है, वहां आप जो नोटिस करते हैं उसे आकार देते हैं। पीठ के मध्य और निचले हिस्से के फ्रैक्चर अक्सर आपके छाती और पीठ के निचले हिस्से के बीच के जंक्शन के आसपास होते हैं, खासकर ऊंचाई से गिरने के बाद। सिर पर चोट लगने के बाद गर्दन में चोट लग सकती है, और कभी-कभी इसमें रीढ़ की हड्डी के एक से अधिक स्तर शामिल होते हैं। यदि आपकी रीढ़ की हड्डी को कठोर करने वाली कोई स्थिति है, जैसे कि एंजिलोसिंग स्पोन्डिलाइटिस, तो एक मामूली टक्कर के बाद फ्रैक्चर हो सकता है और फिर भी अस्थिर हो सकता है।

दर्द आमतौर पर आंदोलन, उठाने, या कुछ भी जो घायल हड्डी को भारित करता है, के साथ बढ़ जाता है। अभी भी आराम करने से इसे सुलझाया जा सकता है। कुछ चोटें रात में या जब आप पहली बार उठते हैं तो अधिक दर्द होती हैं। आगे झुकना, लंबे समय तक बैठना और कम कुर्सी या बिस्तर से उठना मुश्किल हो सकता है। यदि चोट आपकी गर्दन में है तो कार को पीछे करने के लिए अपना सिर मोड़ना दर्दनाक हो सकता है। खरीदारी करना, सीढ़ियां चढ़ना या कपड़े पहनना सामान्य से अधिक समय ले सकता है।

यदि रीढ़ की हड्डी या इससे आने वाली तंत्रिकाएं प्रभावित होती हैं, तो आप कमजोरी, सुन्नता, या मूत्राशय या आंत नियंत्रण में परिवर्तन देख सकते हैं। ये संकेत महत्वपूर्ण हैं और तुरंत रिपोर्ट किए जाने चाहिए, क्योंकि तंत्रिका कार्य समय के साथ बदल सकता है और इसकी जांच और रिकॉर्ड करने की आवश्यकता होती है।

आपकी देखभाल टीम दर्दनाक स्थान से दूर चोटों की भी तलाश करेगी। रीढ़ की हड्डी के अन्य स्तर पर अतिरिक्त फ्रैक्चर लगभग 10% मामलों में होते हैं, इसलिए इमेजिंग केवल दर्द वाले क्षेत्र के बजाय पूरे रीढ़ की हड्डी को कवर करती है।

वास्तव में क्या हो रहा है

आपकी रीढ़ की हड्डी 33 हड्डियों का एक स्तंभ है जो एक दूसरे के ऊपर खड़ी होती हैं। सात आपकी गर्दन में, बारह आपकी छाती में, पांच आपकी पीठ के निचले हिस्से में, और बाकी आधार पर एक साथ जुड़े हुए हैं। प्रत्येक हड्डी के सामने एक ठोस ब्लॉक होता है जो आपके

वजन को वहन करता है, और हड्डी की एक अंगूठी पीछे होती है जो बीच से गुजरने वाली नसों को ढालती है। ऊतक की मजबूत पट्टियाँ, जिन्हें लिगामेंट्स कहा जाता है, पूरे ढेर को एक साथ रखती हैं।

हड्डियाँ और अस्थिबंधन तम्बू की रस्सियों और खंभे की तरह काम करते हैं। खंभे चीजों को सीधा रखते हैं, रस्सियाँ आकार को स्थिर रखती हैं। यदि कोई खंभा टूट जाए या कोई रस्सी टूट जाए, तो तम्बू धीरे-धीरे झुक सकता है या मोड़ सकता है, भले ही यह पहली नज़र में ठीक दिखाई दे। यह है कि एक अस्थिर रीढ़ की हड्डी की चोट क्या है: क्षति जो रीढ़ की हड्डी को अपना आकार खो देती है या उन नसों पर दबाव डालती है जिनकी रक्षा करना है।

कुछ स्थान दूसरों की तुलना में अधिक तनाव लेते हैं। आपके छाती और पीठ के निचले हिस्से के बीच का जंक्शन जहाँ रीढ़ की हड्डी का एक कठोर खंड, पसलियों द्वारा समर्थित है, एक अधिक लचीला से मिलता है, इसलिए यह बहुत अधिक बल का सामना करता है और अधिक बार टूट जाता है। छाती का भाग यह भी है कि जहाँ तंत्रिकाओं को ले जाने वाला चैनल सबसे संकीर्ण है, इसलिए सूजन या हड्डी के टुकड़ों में कम जगह होती है और तंत्रिका की समस्या पैदा करने की अधिक संभावना होती है।

जब रीढ़ की हड्डी स्वयं घायल हो जाती है, तो डॉक्टर वर्णन करते हैं कि कितना कार्य खो जाता है। पूर्ण चोट का अर्थ है कि चोट के नीचे कोई भावना या गति नहीं बची है। एक अधूरी चोट का अर्थ है कि कुछ भावना या आंदोलन इसके नीचे जीवित रहता है, और यह संरक्षित कार्य एक बेहतर परिणाम से जुड़ा हुआ है। चोट की जगह भी मायने रखती है: गर्दन में चोट सभी चार अंगों को प्रभावित कर सकती है, जबकि नीचे की चोट पैरों को प्रभावित करती है।

आपको जो दर्द और जकड़न महसूस होती है, वह टूटी हड्डी और तनावग्रस्त ऊतक के कारण होती है। किसी भी कमजोरी, सुन्नता, या मूत्राशय या आंत में परिवर्तन दबाव या तंत्रिकाओं को प्रभावित करने वाली क्षति से आते हैं।

हम इसके बारे में क्या कर सकते हैं

मटर प्राइवेट हॉस्पिटल रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंगों के सर्जन डॉ. किरण हिरपारा, आपके विशिष्ट घाव के अनुसार उपचार 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। एक क्लिनिकल मूल्यांकन, आपके इतिहास के साथ, एक परीक्षा और इमेजिंग जहाँ आवश्यक हो, यह निर्धारित करता है कि आपको किस प्रकार की चोट है और यह कितनी स्थिर है।

अधिकांश रीढ़ की हड्डी के फ्रैक्चर को ऑपरेशन की आवश्यकता नहीं होती है। यदि आपकी चोट स्थिर है, तंत्रिकाएं सामान्य रूप से काम कर रही हैं, और रीढ़ की हड्डी का आकार बना हुआ है, हम आमतौर पर गैर-ऑपरेटिव देखभाल के साथ शुरू करते हैं। इसका मतलब है कि एक ब्रेस या गिप जो आपकी पीठ को 3 महीने के लिए एक विस्तारित स्थिति में रखता है, 1, 2, 4 और 6 सप्ताह में बारीकी से समीक्षा के साथ यह जांचने के लिए कि हड्डी आगे गिर नहीं गई है। छाती और पीठ के निचले हिस्से में स्थिर फ्रैक्चर के लिए, गैर-ऑपरेटिव देखभाल ने सर्जरी की तुलना में बेहतर दीर्घकालिक दर्द और कार्य दिखाया है। हम आपको भारी उठाने से बचने के लिए कहेंगे और कुछ भी जो घायल हड्डी को भारित करता है जबकि यह ठीक हो रहा है। फिजियोथेरेपी का उद्देश्य आपकी गति और शक्ति को बहाल करना है जब हड्डी पर्याप्त रूप से स्थिर हो जाती है।

कुछ घावों को ब्रेसलेट से अधिक की आवश्यकता होती है। यदि फ्रैक्चर अस्थिर है, यदि हड्डी को तंत्रिकाओं को ले जाने वाले चैनल में वापस धकेल दिया गया है, या यदि आपको कमजोरी, सुन्नता या मूत्राशय या आंत में परिवर्तन है, तो आमतौर पर सर्जरी की सिफारिश की जाती है। ऑपरेशन रीढ़ की हड्डी को स्थिर करता है ताकि यह अपना आकार बनाए रखे और नसों से दबाव हटाए। कुछ लोगों के लिए यह चोट के तुरंत बाद होता है, क्योंकि जल्दी स्थिरता पुनर्वास जल्दी शुरू करने देता है। यदि आपके पास कई स्तरों पर चोटें हैं, या आपको अभी भी अन्य गंभीर चोटों के लिए इलाज किया जा रहा है, तो हम रीढ़ की हड्डी को जल्दी स्थिर कर सकते हैं और अंतिम मरम्मत को बाद में पूरा कर सकते हैं, एक बार जब आप अपने शरीर के प्रारंभिक झटके से उबर चुके हों। यदि एंकिलोसिंग स्पाइलाइटिस जैसी स्थिति ने आपकी रीढ़ की हड्डी को कठोर कर दिया है, तो एक फ्रैक्चर अक्सर अस्थिर होता है और आमतौर पर सर्जरी की आवश्यकता होती है, क्योंकि एक ब्रेस उस प्रकार की रीढ़ की हड्डी को स्थिर नहीं रख सकता है। सर्जिकल और नॉन-सर्जिकल दोनों उपचारों की भूमिका होती है,

और हम इस बारे में बात करेंगे कि आपकी चोट और आपके समग्र स्वास्थ्य के लिए कौन सा उपयुक्त है। सर्जरी एक साझा निर्णय है: हम समझाएंगे कि इसमें क्या शामिल है, इसका उद्देश्य क्या है, और यदि आप प्रतीक्षा करते हैं तो क्या होता है।

क्या उम्मीद करें

भविष्य दो बातों पर निर्भर करता है: तंत्रिकाएं प्रभावित हैं या नहीं और चोट स्थिर है या नहीं। अधिकांश रीढ़ की हड्डी की चोटें तंत्रिका समस्याओं का कारण नहीं बनती हैं, और उन लोगों के लिए सामान्य पाठ्यक्रम निरंतर उपचार है। छाती या पीठ के निचले हिस्से में एक स्थिर फ्रैक्चर जिसे बिना सर्जरी के प्रबंधित किया जाता है, एक ब्रेसलेट में महीनों तक बसने की प्रवृत्ति होती है, और लोग उसी प्रकार की चोट के लिए ऑपरेशन करने वालों की तुलना में लंबे समय में कम दर्द और बेहतर कार्य की रिपोर्ट करते हैं। हड्डियां जुड़ जाती हैं, दर्द कम हो जाता है, और आप चरणों में सामान्य गतिविधि में वापस आ जाते हैं।

यदि तंत्रिकाएं प्रभावित हैं, तो चित्र इस बात पर निर्भर करता है कि चोट के नीचे कितना कार्य जीवित रहता है। एक अधूरी चोट, जहां कुछ भावना या आंदोलन संरक्षित है, एक बेहतर परिणाम के साथ जुड़ा हुआ है। एक पूर्ण चोट, जहां चोट के नीचे कोई भावना या आंदोलन जीवित नहीं रहता है, की संभावना बहुत कठिन होती है। आपकी देखभाल टीम एक से अधिक बार आपके तंत्रिका कार्य की जांच और रिकॉर्ड करेगी, क्योंकि यह समय के साथ बदल सकता है, और किसी भी परिवर्तन को जल्दी उठाया जाना चाहिए।

कुछ चीजें लंबी अवधि को आकार देती हैं भले ही फ्रैक्चर स्वयं अच्छी तरह से ठीक हो जाए। रीढ़ की हड्डी कुछ फ्रैक्चर के बाद वर्षों में धीरे-धीरे अपना आकार खो सकती है, इसलिए आपको इसके लिए निगरानी रखने के लिए अनुवर्ती जांच करनी होगी। यदि आप 70 वर्ष या उससे अधिक उम्र के हैं, तो युवा लोगों की तुलना में रीढ़ की हड्डी के दूसरे स्तर पर एक नया फ्रैक्चर होने की अधिक संभावना है, इसलिए आपकी हड्डियों की ताकत की रक्षा करना महत्वपूर्ण है। यदि आपकी रीढ़ की हड्डी को एंकिलोसिंग स्पोन्डिलाइटिस जैसी स्थिति ने कठोर बना दिया है, तो चोट को आमतौर पर सर्जरी और एक अनुकूलित योजना की आवश्यकता होती है।

यदि आप अन्य तरीकों से भी गंभीर रूप से घायल हैं, तो चोट के 24 से 36 घंटों के भीतर रीढ़ की हड्डी का प्रारंभिक स्थिरीकरण कम जटिलताओं, कम अस्पताल में रहने और सांस लेने की मशीन पर कम दिनों के साथ जुड़ा हुआ है। यह एक बड़ी दुर्घटना के बाद के पहले दिनों के बारे में है, न कि अपने स्वयं के वसूली के बारे में एक वादा।

चोट चाहे जो भी हो, रीढ़ की हड्डी का आघात वर्षों तक आपके जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित कर सकता है। ईमानदार अनुवर्ती, समझदार गतिविधि, और किसी भी नई कमजोरी या सुन्नता की रिपोर्टिंग तुरंत आपको एक स्थिर वसूली का सबसे अच्छा मौका देती है।

किसी से कब मिलना है

यदि आपको रीढ़ की हड्डी की चोट के बाद नई कमजोरी, सुन्नता या मूत्राशय या आंतों के नियंत्रण में परिवर्तन होता है, या यदि चोट ऊंचाई से गिरने या सिर पर चोट के बाद हुई है, तो तुरंत आपातकालीन विभाग में जाएं। यही बात लागू होती है यदि आपकी रीढ़ की हड्डी को कठोर करने वाली कोई स्थिति है, जैसे कि एंकिलोसिंग स्पोन्डिलाइटिस, क्योंकि वहां फ्रैक्चर एक मामूली टक्कर के बाद हो सकते हैं और फिर भी अस्थिर हो सकते हैं। यदि आपको चोट लगने के बाद लगातार दर्द हो रहा है जो ठीक नहीं हो रहा है, या यदि सप्ताहों बाद नए कमजोरी या सुन्नता के साथ दर्द वापस आता है, तो एक विशेषज्ञ की समीक्षा के लिए पूछें। यदि आप 70 वर्ष या उससे अधिक उम्र के हैं, तो एक छोटी सी ठोकर के बाद किसी भी नए पीठ दर्द का उल्लेख करें, क्योंकि उम्र के साथ दूसरे स्तर पर आगे की फ्रैक्चर की संभावना अधिक हो जाती है। समय के साथ तंत्रिका कार्य बदल सकता है, इसलिए किसी भी नए संकेत को उसी दिन जांचने की आवश्यकता होती है।