

ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸੱਟ ਅਤੇ ਫ੍ਰੈਕਚਰਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ

ਇਹ ਪੰਨਾ ਮਸ਼ੀਨ ਦੁਆਰਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂਚਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ। **ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੰਸਕਰਣ** ਹੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ

ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਛੂਹਣ 'ਤੇ ਦੁਖਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੂਛ ਦੀ ਹੱਡੀ (tailbone) ਤੱਕ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਿੱਠ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਦੇ ਵੱਡੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੱਟਾਂ ਨਸਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ, ਪਰ ਸਿਰਫ਼ ਦਰਦ ਹੀ ਆਪਣੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਕਾਰਨ ਹੈ।

ਸੱਟ ਕਿੱਥੇ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਤੈਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਪਿੱਠ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਫ੍ਰੈਕਚਰ (ਹੱਡੀ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ) ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਲੱਕ ਦੇ ਜੋੜ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਉਚਾਈ ਤੋਂ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ। ਗਰਦਨ ਦੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਸਿਰ ਉੱਤੇ ਵੱਜੀ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੱਧਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਅਕੜਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਐਂਕਾਈਲੋਜ਼ਿੰਗ ਸਪੋਂਡੀਲਾਈਟਿਸ (ankylosing spondylitis), ਤਾਂ ਮਾਮੂਲੀ ਟੱਕਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਅਸਥਿਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਰਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਿੱਲਣ, ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਵਧਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੱਟ ਵਾਲੀ ਹੱਡੀ ਉੱਤੇ ਭਾਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਟਿਕ ਕੇ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸੱਟਾਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਜਾਂ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਦਿਆਂ ਹੀ ਵੱਧ ਦੁਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਝੁਕਣਾ, ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਬੈਠਣਾ, ਅਤੇ ਨੀਵੀਂ ਕੁਰਸੀ ਜਾਂ ਬਿਸਤਰੇ ਤੋਂ ਉੱਠਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸੱਟ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਗੱਡੀ ਪਿੱਛੇ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਰ ਘੁਮਾਉਣ ਨਾਲ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖ਼ਰੀਦਦਾਰੀ ਦਾ ਸਮਾਨ ਚੁੱਕਣ, ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਨ, ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਨਾੜੀ (spinal cord) ਜਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਸਾਂ (nerves) ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸੁੰਨਪਨ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਟੱਟੀ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਰੰਤ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਨਸਾਂ ਦਾ ਕੰਮਕਾਜ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਕੇ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਦਰਦ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਵੀ ਸੱਟਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੇਗੀ। ਲਗਭਗ 10% ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਵਾਧੂ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਸਕੈਨ ਸਿਰਫ਼ ਦੁਖਦੇ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੂਰੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਉੱਤੇ ਰੱਖੀਆਂ 33 ਹੱਡੀਆਂ (ਮਣਕਿਆਂ) ਦਾ ਇੱਕ ਥੰਮ੍ਹ ਹੈ। ਸੱਤ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਹਨ, ਬਾਰਾਂ ਛਾਤੀ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ, ਪੰਜ ਲੱਕ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਹੇਠਲੇ ਸਿਰੇ ਉੱਤੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਹਰ ਹੱਡੀ ਦੇ ਅਗਲੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਠੋਸ ਟੁਕੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ

ਭਾਰ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇੱਕ ਛੱਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿਚਕਾਰੋਂ ਲੰਘਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਸਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਟਿਸੂ ਦੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪੱਟੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਿਗਮੈਂਟ (ligament, ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਹੱਡੀ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਾਲਾ ਬੰਧਨ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪੂਰੇ ਢੇਰ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਲਿਗਮੈਂਟ ਤੰਬੂ ਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਅਤੇ ਬੱਲੀਆਂ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ, ਰੱਸੀਆਂ ਆਕਾਰ ਨੂੰ ਟਿਕਾ ਕੇ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਈ ਬੱਲੀ ਤਿੜਕ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਰੱਸੀ ਟੁੱਟ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਤੰਬੂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਝੁਕ ਜਾਂ ਮੁੜ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਪਹਿਲੀ ਨਜ਼ਰੇ ਉਹ ਠੀਕ ਦਿਸਦਾ ਹੋਵੇ। ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਅਸਥਿਰ ਸੱਟ ਇਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: ਅਜਿਹਾ ਨੁਕਸਾਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਆਪਣਾ ਆਕਾਰ ਗੁਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨਸਾਂ ਉੱਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਉਸਦਾ ਕੰਮ ਹੈ।

ਕੁਝ ਥਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਜ਼ੋਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਲੱਕ ਦੇ ਜੋੜ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਥੇ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਪਸਲੀਆਂ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਵਾਲਾ ਰੀੜ੍ਹ ਦਾ ਸਖ਼ਤ ਹਿੱਸਾ ਇੱਕ ਵੱਧ ਲਚਕਦਾਰ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ੋਰ ਝੱਲਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਹੱਡੀ ਵੱਧ ਟੁੱਟਦੀ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲੀ ਨਾਲੀ ਸਭ ਤੋਂ ਤੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸੋਜ ਜਾਂ ਹੱਡੀ ਦੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਲਈ ਥਾਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨਸਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਨਾੜੀ ਨੂੰ ਖੁਦ ਸੱਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿੰਨਾ ਕੰਮਕਾਜ ਖ਼ਤਮ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਸੱਟ (complete injury) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸੱਟ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਕੋਈ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਹਿਲਜੁਲ ਨਹੀਂ ਬਚੀ। ਅਪੂਰੀ ਸੱਟ (incomplete injury) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸੱਟ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਕੁਝ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਹਿਲਜੁਲ ਬਚੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਬਚੇ ਹੋਏ ਕੰਮਕਾਜ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਬਿਹਤਰ ਨਤੀਜੇ ਨਾਲ ਹੈ। ਸੱਟ ਕਿੱਥੇ ਹੈ, ਇਹ ਵੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ: ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨ ਚਾਰੇ ਅੰਗਾਂ (ਦੋਵੇਂ ਬਾਹਾਂ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਲੱਤਾਂ) ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਹੋਰ ਹੇਠਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਲੱਤਾਂ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਅਕੜਾਅ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਟੁੱਟੀ ਹੱਡੀ ਅਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਏ ਟਿਸੂ ਤੋਂ ਹੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸੁੰਨਪਨ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਟੱਟੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਨਸਾਂ ਉੱਤੇ ਪੈ ਰਹੇ ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਫ੍ਰੈਕਚਰਾਂ ਨੂੰ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਟ ਸਥਿਰ ਹੈ, ਨਸਾਂ ਆਮ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਆਕਾਰ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਇੱਕ ਬ੍ਰੇਸ (ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਪਟਾ) ਜਾਂ ਪਲੱਸਟਰ (cast) ਜੋ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਨੂੰ ਸਿੱਧੀ ਤਣੀ ਹੋਈ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ 1, 2, 4 ਅਤੇ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਉੱਤੇ ਨੇੜਿਓਂ ਜਾਂਚਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਹੱਡੀ ਹੋਰ ਦਬ ਕੇ ਨਹੀਂ ਬੈਠੀ। ਛਾਤੀ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਲੱਕ ਦੇ ਸਥਿਰ ਫ੍ਰੈਕਚਰਾਂ ਲਈ, ਬਿਨਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ ਨੇ ਸਰਜਰੀ ਨਾਲੋਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਦਰਦ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਕੰਮਕਾਜ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ। ਹੱਡੀ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਾਂਗੇ ਕਿ ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਚੁੱਕੋ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ ਸੱਟ ਵਾਲੀ ਹੱਡੀ ਉੱਤੇ ਭਾਰ ਪਾਵੇ। ਜਦੋਂ ਹੱਡੀ ਕਾਫ਼ੀ ਸਥਿਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਤੁਹਾਡੀ ਹਿਲਜੁਲ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਸੱਟਾਂ ਲਈ ਬ੍ਰੇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਅਸਥਿਰ ਹੈ, ਜੇ ਹੱਡੀ ਧੱਕੀ ਜਾ ਕੇ ਨਸਾਂ ਵਾਲੀ ਨਾਲੀ ਵਿੱਚ ਚਲੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸੁੰਨਪਨ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਟੱਟੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣਾ ਆਕਾਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੇ, ਅਤੇ ਨਸਾਂ ਉੱਤੇ ਦਬਾਅ ਹਟਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸੱਟ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਬਾਅਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਜਲਦੀ ਸਥਿਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੁੜ-ਵਸੇਬਾ (rehabilitation) ਜਲਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਪੱਧਰਾਂ ਉੱਤੇ ਸੱਟਾਂ ਹਨ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਅਜੇ ਵੀ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਸਥਿਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਮੁਰੰਮਤ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਝਟਕੇ ਤੋਂ ਉੱਭਰ ਆਵੇ। ਜੇ ਐਂਕਾਈਲੋਜ਼ਿੰਗ ਸਪੌਂਡੀਲਾਈਟਿਸ ਵਰਗੀ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਅਕੜਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਅਕਸਰ ਅਸਥਿਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਬ੍ਰੇਸ ਅਜਿਹੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਟਿਕਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ। ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੇ ਦੋਵੇਂ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਟ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਠੀਕ ਹੈ। ਸਰਜਰੀ ਇੱਕ ਸਾਂਝਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੈ: ਅਸੀਂ ਸਮਝਾਵਾਂਗੇ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਮਕਸਦ ਕੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖੀਏ

ਨਤੀਜਾ ਦੇ ਗੱਲਾਂ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਕੀ ਨਸਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੀ ਸੱਟ ਸਥਿਰ ਹੈ। ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੱਟਾਂ ਨਸਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਲਗਾਤਾਰ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਲੱਕ ਦਾ ਸਥਿਰ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਜਿਸਦਾ ਇਲਾਜ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬ੍ਰੇਸ ਵਿੱਚ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੋਕ ਉਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸੱਟ ਲਈ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਦਰਦ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਕੰਮਕਾਜ ਦੱਸਦੇ ਹਨ। ਹੱਡੀ ਜੁੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਦਰਦ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਪੜ੍ਹਾਅਵਾਰ ਆਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਨਸਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹਨ, ਤਾਂ ਤਸਵੀਰ ਇਸ ਗੱਲ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੱਟ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਕਿੰਨਾ ਕੰਮਕਾਜ ਬਚਿਆ ਹੈ। ਅਧੂਰੀ ਸੱਟ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਹਿਲਜੁਲ ਬਚੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਬਿਹਤਰ ਨਤੀਜੇ ਨਾਲ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਸੱਟ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੱਟ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਕੋਈ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਹਿਲਜੁਲ ਨਹੀਂ ਬਚਦੀ, ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਸਾਂ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜ ਦੀ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਜਾਂਚ ਕਰਕੇ ਦਰਜ ਕਰੇਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਫੜਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਖੁਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਕੁਝ ਫ੍ਰੈਕਚਰਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਆਪਣਾ ਆਕਾਰ ਗੁਆ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਉੱਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਗਲੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 70 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਤਾਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਨਵਾਂ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਾ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਐਂਕਾਈਲੋਜ਼ਿੰਗ ਸਪੌਂਡੀਲਾਈਟਿਸ ਵਰਗੀ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਅਕੜਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੱਟ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਣਾਈ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਸੱਟ ਤੋਂ 24 ਤੋਂ 36 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਸਥਿਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਘੱਟ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਦਿਨ ਰਹਿਣ, ਅਤੇ ਸਾਹ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ ਉੱਤੇ ਘੱਟ ਦਿਨਾਂ ਨਾਲ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵਾਅਦਾ ਨਹੀਂ।

ਸੱਟ ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸੱਟ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਅਗਲੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਕਰਵਾਉਣਾ, ਸੋਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਸਰਗਰਮੀ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਵੀਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਸੁੰਨਪਨ ਬਾਰੇ ਤੁਰੰਤ ਦੱਸਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਵੀਂ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸੁੰਨਪਨ, ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਟੱਟੀ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਸੱਟ ਉਚਾਈ ਤੋਂ ਡਿੱਗਣ ਜਾਂ ਸਿਰ ਉੱਤੇ ਵੱਜੀ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਜਾਓ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਅਕੜਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਐਂਕਾਈਲੋਜ਼ਿੰਗ ਸਪੌਂਡੀਲਾਈਟਿਸ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹੀ ਰੀੜ੍ਹ ਵਿੱਚ ਮਾਮੂਲੀ ਟੱਕਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਅਸਥਿਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਦਰਦ ਹੈ ਜੋ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ, ਜਾਂ ਜੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਦਰਦ ਨਵੀਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਸੁੰਨਪਨ ਨਾਲ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਲਈ ਕਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 70 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਮੂਲੀ ਠੇਕਰੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਵੇਂ ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਮਰ ਨਾਲ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਹੋਰ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਸਾਂ ਦਾ ਕੰਮਕਾਜ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਵੀਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਦੀ ਉਸੇ ਦਿਨ ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।