



کمپین نیورویٹکس

درستیٰ اصحاب (بھورے وسط) انگوٹھے، اشارے، درمیانی اور انگوٹھے کی انگوٹھے کے اندرونی نصف کی فراہمی کرتا ہے۔ اینار اعصاب (چھوٹی انگلی کی طرف) چھوٹی انگلی اور انگوٹھے کی بیرونی نصف کی فراہمی کرتا ہے۔ کبھی یا کبھی پریشن ان نمونوں میں ظاہر ہوتا ہے۔

4.0     Kieran Hirpara

اس صفحہ کا ترجمہ مشین سے کیا گیا ہے اور ابھی تک کسی ڈاکٹر نے اس کی جانچ نہیں کی۔ انگریزی نسخہ ہی مستند ہے۔

آپ کیا محسوس کر رہے ہیں

آپ کے بازو یا ہاتھ میں اعصاب کا دباؤ اس وقت ہوتا ہے جب اعصاب کسی تنگ جگہ سے گزرتے ہوئے دبا جاتے ہیں۔ تین اعصاب جو اکثر متاثر ہوتے ہیں وہ ہیں مٹھی میں درمیانی اعصاب (کارپل ٹنل سنڈروم)، کوہنی میں ulnar اعصاب (cubital ٹنل سنڈروم)، اور مٹھی میں ulnar اعصاب (ulnar ٹنل سنڈروم)۔ ہر ایک اپنی علامات کا اپنا نمونہ پیدا کرتا ہے۔

کارپل ٹنل سنڈروم کے ساتھ، آپ کو اپنی انگوٹھے، انڈیکس اور درمیانی انگلیوں میں چکنائی، بے حسی یا درد محسوس ہو سکتا ہے۔ علامات اکثر رات کے وقت یا جب آپ پہلی بار جاتے ہیں تو بھڑک اٹھتے ہیں، اور آپ کا ہاتھ ملانے سے انہیں حل کیا جاسکتا ہے۔ فون کو تھامنا، اسٹیئرنگ وہیل کو تھامنا یا ٹائپ کرنا ان کی حالت خراب کر سکتا ہے۔ بٹن، سکے اور جار کے ڈھکن پھیر چھاڑ ہو جاتے ہیں۔

[illegible]

مٹھی میں ulnar سرنگ سنڈروم کے ساتھ، علامات پر انحصار کرتا ہے بالکل جہاں اعصاب بٹا دیا جاتا ہے۔ ایک گینگلیئن کیسٹ، ایک سیال سے بھرا گانڈھ، اس جگہ میں دباؤ کی سب سے عام وجہ ہے۔ آپ کو چھوٹی اور انگوٹھ کی انگلیوں میں بے حسی ہو سکتی ہے، یا آپ کو انگلیوں کو چھانٹنا اور اٹھیک اٹھیک حرکیں معمول سے زیادہ مشکل لگتی ہیں۔

یہ علامات مبہم اور بیان کرنے میں مشکل ہو سکتی ہیں، اور بہت سے لوگ انہیں کسی اور چیز سے منسوب کرتے ہیں، جیسے گردن میں درد یا پرانی چوٹ۔ بعض اوقات ایک ہی اعصاب کے ساتھ دو کمپریشن سپاٹ موجود ہوتے ہیں، ایک اوپر اور ایک نیچے، اور جتنا قریب ہوتا ہے اتنا ہی نظر انداز ہو جاتا ہے۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر]

اصل میں کیا ہو رہا ہے

آپ کے اعصاب زندہ کیبلز ہیں جو آپ کے دماغ اور ہاتھ کے درمیان پیغامات لے جاتے ہیں۔ کسی بھی کیبل کی طرح، انہیں صحت مند رہنے کے لئے غذائیت کی مستقل فراہمی کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب ایک اعصاب ایک تنگ جگہ میں دب جاتا ہے، تو اس کی فراہمی میں خلل پڑ جاتا ہے۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اعصاب خود ہی بدلنے لگتے ہیں۔

تبدیلیاں ایک نمونہ کے مطابق ہوتی ہیں۔ پہلے، اعصاب کو کھانا کھلانے والی پتلی خون کی رگیں متاثر ہوتی ہیں اور اعصاب پھول جاتے ہیں۔ جیسا کہ سوچن اس کے حفاظتی غلاف کے اندر بنتا ہے، دباؤ مزید بڑھتا ہے، جو خون کے بہاؤ کو مزید کم کرتا ہے۔ مسلسل دباؤ کے ساتھ، اعصاب کی موصلیت کی پرت ٹوٹنا شروع ہو جاتی ہے، اور جو پیغامات وہ لے جاتا ہے وہ دھندلا ہو جاتا ہے۔ اگر دباؤ کافی عرصے تک جاری رہتا ہے تو، اعصابی ریشے خود ختم ہو سکتے ہیں۔

یہ اس کی وضاحت کرتا ہے کہ آپ کے علامات پہلے کیوں آتے اور جاتے ہیں، پھر آباد ہو جاتے ہیں۔ ابتدائی طور پر، اعصاب صرف پریشان ہوتے ہیں، لہذا آپ کو مختصر دھماکوں میں عجیب و غریب ہتھکھٹ محسوس ہوتی ہے۔ جیسا کہ چیزیں آگے بڑھتی ہیں، بے بسی مستقل ہو جاتی ہے کیونکہ اعصاب کا ایک حصہ مناسب طریقے سے کام کرنا چھوڑ دیتا ہے۔ اعصاب کے مختلف حصے مختلف شروحوں سے متاثر ہو سکتے ہیں، یہی وجہ ہے کہ آپ کے علامات میں کچھ انگلیاں شامل ہو سکتی ہیں اور دوسری نہیں۔

بعض اوقات ایک اعصاب اس کی لمبائی کے ساتھ ایک سے زیادہ مقامات پر دبا دیا جاتا ہے۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر] [صفحہ ۲۱ پر تصویر] آپ کے سرجن کو آپ کے اعصاب کا معائنہ کیوں کرنا چاہیے؟

اچھی خبر یہ ہے کہ یہ ایک عمل ہے، ایک بار چوٹ نہیں۔ دباؤ کو کم کرنے سے اعصاب کو بحال ہونے کا موقع ملتا ہے، اور جتنی جلدی یہ ہوتا ہے، اعصاب کی بحالی کے امکانات اتنے ہی بہتر ہوتے ہیں۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

میٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیملٹن میں اوپری ٹانگوں کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا کم سے کم جارحانہ اختیارات سے شروع کرتے ہیں جو آپ کی حالت کے مطابق ہیں۔ مریضوں کو عام طور پر ان کے جی پی کے ذریعہ ہمارے کلینک کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ اگر کسی فیزیوتھراپسٹ نے آپ کو ہمارے پاس آنے کی تجویز دی ہے تو، آپ کو میڈیکل چھوٹ کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ آپ کی تقرری پر ہم ایک تاریخ لیتے ہیں، آپ کے بازو اور ہاتھ کا معائنہ کرتے ہیں، اور اسکیں یا اعصابی ٹیسٹ کا بندوبست کرتے ہیں اگر ان کی ضرورت ہوتی ہے تو اس بات کی تصدیق کرنے کے لئے کہ اعصاب کہاں دبے ہوئے ہیں۔

بلکہ یا اعتدال پسند کینٹھل ٹنل سنڈروم کے ساتھ زیادہ تر لوگ آپریشن کے بغیر بہتر ہوتے ہیں۔ ہم عام طور پر غیر جراحی کی دیکھ بھال کے ساتھ شروع کرتے ہیں: عادات کو تبدیل کرنا جو اعصاب کو جھکا دیتے یا بوجھ دیتے رہتے ہیں، اور ہینڈ تھراپی یا فیزیوتھراپی۔ اسپلنٹ آپ کی کلائی یا کہنی کو ایسی پوزیشن میں رکھ سکتا ہے جس سے اعصاب پر دباؤ کم ہو، خاص طور پر رات کے وقت۔ ہم آپریشن کے بارے میں بات کرنے سے پہلے ان اقدامات کو ایک منصفانہ آزمائش دیتے ہیں۔

کارپل ٹنل سنڈروم کے لئے، ریلیز آپریشن کے بعد پہنا جانے والا اسپلنٹ ابتدائی درد اور زخم کی پریشانیوں کو کم کرنے کے لئے تجویز کیا گیا ہے، حالانکہ محتاط مطالعات نے یہ نہیں دکھایا ہے کہ اس میں کوئی اسپلنٹ نہیں ہے۔ ہم آپ کو بتائیں گے کہ ہم آپ کی اپنی بحالی کے لئے کیا تجویز کرتے ہیں۔

اگر یہ اقدامات آپ کے علامات کو حل نہیں کرتے ہیں تو، سرجری اگلے قدم ہو سکتا ہے۔ کارپل ٹنل سنڈروم کے لئے، آپریشن مٹھی میں اعصاب پر دباؤ ڈالنے والے تنگ بند کو چھوڑ دیتا ہے۔ کینٹھل ٹنل سنڈروم کے لئے، اعصاب کو کہنی میں ڈکپریس کیا جاتا ہے، جس کا مطلب ہے کہ اسے دلنے والے سخت ڈھانچے آزاد ہو جاتے ہیں۔ یہ سادہ ریلیز محفوظ ہے اور جب دباؤ شدید ہو تو بھی اچھی طرح کام کرتا ہے، اور یہ اعصاب کو کسی نئی جگہ منتقل کرنے سے بچتا ہے۔ اعصاب کو اس کی جگہ سے ہٹانے میں پٹھوں کے نیچے منتقل کرنے والی کارروائیوں کے مقابلے میں لم پیچیدگیاں ہوتی ہیں اور کامیابی کی شرح بھی اتنی ہی ہوتی ہے۔ کبھی کبھی ایک اعصاب جو پچھلی سرجری یا پیچیدہ

علاقائی درد کے سنڈروم سے زخم کے ٹشو میں لپٹا ہوا ہوتا ہے اسے صرف ایک سادہ رہائی سے زیادہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہم اعصاب کو حفاظتی ٹشو میں لپیٹ سکتے ہیں یا اس کے ارد گرد کی تعمیر نو کر سکتے ہیں تاکہ وہ دوبارہ آزادانہ طور پر پھسل سکے۔

کیا توقع کریں

آپ کے علامات کا رویہ اس بات پر منحصر ہے کہ اعصاب کو کب تک دبا دیا گیا ہے۔ ابتدائی طور پر، وہ آتے اور جاتے ہیں: رات میں جھنجھلاہٹ، جب آپ فون پکارتے ہیں تو بے حسی، پھر جب آپ پوزیشن تبدیل کرتے ہیں تو راحت۔ اگر دباؤ جاری رہتا ہے تو، بے حسی قائم رہتی ہے اور مستقل ہو جاتی ہے۔ علاج سے پہلے جتنی دیر تک علامات موجود ہیں، اتنا ہی کم یقینی ہے کہ اعصاب مکمل طور پر ٹھیک ہو جائیں گے۔ اعصابی ٹیسٹ تبدیلیوں کو ظاہر کر سکتے ہیں جو دباؤ کو دور کرنے کے بعد بھی برقرار رہتی ہیں، خاص طور پر جب علامات طویل عرصے سے موجود ہوں۔

بلکہ یا اعتدال پسند کمپریشن کے ساتھ زیادہ تر لوگ آپریشن کے بغیر بہتر ہو جاتے ہیں، جیسا کہ اس صفحے پر پہلے احاطہ کیا گیا ہے۔ جب غیر جراحی کی دیکھ بھال جیسے اسپینٹس اور پنڈ تھراپی معاملات کو طے نہیں کرتی ہے تو، اعصاب کو چھوڑنے سے اسے صحت یاب ہونے کا موقع ملتا ہے۔ یہ سادہ رہائی اچھی طرح سے کام کرتا ہے یہاں تک کہ جب کمپریشن شدید ہے۔ فیزیاتس کے شکار افراد کا ریل ٹرل کی رہائی کے بعد فیزیاتس کے بغیر لوگوں کی طرح ہی دیرپا بہتری کی توقع کر سکتے ہیں۔ کہنی پر شدید، دیرینہ کمپریشن کے لیے، ریلیز میں اعصاب کی منتقلی شامل کرنے سے ہاتھ کے کام کرنے اور اعصاب کی خودی ترسیل دونوں میں دیرپا بہتری آسکتی ہے۔

[صفحہ ۲۲ پر تصویر چکنائی اور رات کا درد اکثر پہلے کم ہوتا ہے۔ بے حسی اور کمزوری میں زیادہ وقت لگتا ہے، کیونکہ اعصاب کو اپنی موصلیت کی پرت اور بعض جگہوں پر اپنے ریشوں کو دوبارہ تیار کرنا پڑتا ہے۔ آپ کو ہفتوں سے لے کر مہینوں تک متفرق پشرفت محسوس ہو سکتی ہے: کچھ دن دوسروں کے مقابلے میں بہتر ہوتے ہیں، ایک انگلی میں دوسرے سے پہلے واپس آنے کا احساس ہوتا ہے۔

یہ کہنا ایمانداری ہے کہ ہر معاملہ منصوبہ بندی کے مطابق نہیں چلتا۔ کچھ لوگوں کو اچھی طرح سے کارکردگی کا مظاہرہ کرنے کے بعد بھی کچھ بے حسی یا درد رہتا ہے۔ ایک چھوٹی سی تعداد میں درد پیدا ہوتا ہے جو حل کرنا مشکل ہے، یا اصل مسئلہ واپس آتا ہے۔ جب پچھلی ریلیز کام نہیں کرتی ہے، تو اس کی وجہ معلوم کرنا اس میدان میں سب سے مشکل مسائل میں سے ایک ہے، اور آپ کا سرجن مزید کچھ مشورہ دینے سے پہلے پورے اعصابی راستے کی جانچ کرے گا۔ اعصاب کی اسکیٹنگ جیسے الٹراساؤنڈ اور ایم آر آئی کا استعمال بڑھتے ہوئے اس جگہ کو تلاش کرنے کے لئے کیا جاتا ہے جو پہلی بار نظر نہیں آیا تھا۔ حقیقت پسندانہ توقعات کے ساتھ شروع کرنا، اور علامات مہینوں تک مستقل ہونے سے پہلے کام کرنا، آپ کو سیدھے نیچے کا بہترین موقع فراہم کرتا ہے۔

کسی سے کب ملنا ہے

اگر آپ کی انگلیوں میں خارش یا بے حسی آتی رہتی ہے، یا اگر یہ آپ کو سونے یا اپنے معمول کے کام کرنے سے روکتا ہے تو اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ باہر سے جائزہ لینے کے لئے پوچھیں اگر ایک اسپینٹ، ہاتھ تھراپی یا آپ کی عادات میں تبدیلیوں نے منصفانہ مقدمے کی سماعت کے بعد چیزوں کو طے نہیں کیا ہے، یا اگر numbness آنے اور جانے کے بجائے مسلسل بن گیا ہے۔ مستقل بے حسی کا مطلب یہ ہے کہ اعصاب نے صحیح طریقے سے پیغامات پہنچانا بند کر دیا ہے، اور جتنا زیادہ یہ اس طرح رہتا ہے، اتنی ہی کم یقینی طور پر مکمل بحالی ہوتی ہے۔ اگر آپ کا ہاتھ اچانک کمزور ہو جاتا ہے یا ایک ہی وقت میں بے حس ہو جاتا ہے، یا اگر آپ کی کلائی پر ایک گانٹھ نظر آتی ہے اور آپ کی چھوٹی اور انگوٹھی کی انگلیوں میں نئی بے حسی ہوتی ہے تو فوری طور پر ہنگامی شعبے میں جائیں۔ ان علامات کا پتا لگانا مشکل ہو سکتا ہے، اس لیے کسی ایک ٹیسٹ سے زیادہ احتیاط سے جانچ پڑتال ضروری ہے۔

مزید گہرائی میں

سینٹیشن آپ کے اپنے علاج کے فیصلوں کے لئے ضرورت سے زیادہ جاتا ہے۔ بازو میں اعصاب کا دباؤ اضافی پڑھنے کے قابل ہے کیونکہ ایک واحد اعداد و شمار جو مایوس کن نتائج کے ایک بڑے حصے کی وضاحت کرتا ہے: لوگوں کی ایک معنی خیز اقلیت میں ایک سے زیادہ اعصاب دبے ہوئے ہیں، اور غلط کو چھوڑنے سے کچھ نہیں بدلتا ہے۔

تین فیصد کو ایک سال کے اندر ایک دوسرے، مختلف اعصاب کی ضرورت ہوتی ہے

کے ایک گروپ میں 7,867 اعصابی کمپریشن کے لئے سرجری سے گزرنے والے مریضوں میں، تقریباً 3% ایک سال کے اندر اندر ایک ہی بازو میں ایک مختلف اعصاب کی کمی کا سامنا کرنا پڑا، اور کارپل اور کوئٹل ٹیل سنڈروم دونوں کے مریضوں ایک ہی وقت میں decompression سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں، نتائج ایک decompression کے ساتھ موازنہ کیا گیا تھا کے بعد سے [1]۔

تین فیصد مطلق لحاظ سے چھوٹا ہے اور اس کے معنی میں بڑا ہے۔ یہ صرف ان لوگوں کو شمار کرتا ہے جنہوں نے بارہ ماہ کے اندر ایک دوسرے آپریشن میں آگے بڑھایا، یہ ان لوگوں کو شمار نہیں کرتا جو ابھی تک علامات نہیں کرتے تھے، یا ان لوگوں کو جن کی دوسری سائٹ پہلی آپریشن سے پہلے تسلیم کیا گیا تھا۔ کثیر سائٹ کمپریشن کی اصل تعدد جراحی کی شرح سے زیادہ ہے۔

کلینیکل نتیجہ اہم حصہ ہے: جب ایک ہاتھ تکنیکی طور پر آواز کی رہائی کے بعد غلط رہتا ہے، سوال صرف نہیں ہے "آپریشن ناکام ہو گیا" لیکن "ایک دوسرے سائٹ کے ساتھ ساتھ تھا۔"

ایک ہی وقت میں دونوں کرنا کچھ بھی لاگت نہیں لگتا ہے

ایک ہی وقت میں دباؤ کم کرنے کے لئے فطری اعتراض ہے کہ ایک ہی عضو میں ایک ہی وقت میں دو کارروائیوں کو خاص طور پر پیچیدہ علاقائی درد سنڈروم کے خطرے کو بڑھانا ضروری ہے، مسلسل درد اور خرابی کی خرابی کی ایک خراب سمجھ کی حالت جو تاریخی طور پر مشترکہ طریقہ کار کے بعد زیادہ شرح میں رپورٹ کی گئی تھی۔

اس تشویش کا براہ راست جائزہ لیا گیا ہے۔ تجزیہ کرنا 753 کارپل ٹیل کی رہائی کو شامل کرنے والے مریضوں کو جو فاسیکٹومی کی ضرورت ہوتی ہے سی آر پی ایس کے واقعے میں معمولی اضافہ، اصل رپورٹوں کے برعکس بہت زیادہ شرح کا مظاہرہ، اشارہ کرتے ہوئے بیک وقت سرجری کے ساتھ منسلک کوئی واضح کلینیکل خطرہ نہیں [2]۔

اس کے ساتھ ساتھ یہ بھی پڑھیں کہ مشترکہ ڈیکمپریشن ایک ہی ڈیکمپریشن کے مقابلے میں نتائج فراہم کرتا ہے [1]، ایک اینسٹھینک میں دو مظاہرہ شدہ مقامات کو حل کرنے کا معاملہ لاہرواہی کے بجائے معقول ہے۔

دوہری کچلنے کا خیال، اور یہ کیا کرتا ہے اور وضاحت نہیں کرتا ہے

مشاہدہ کہ اعصاب کے ساتھ ساتھ ایک نقطہ پر کمپریشن اسے دوسرے پر زیادہ کمزور بناتا ہے اسے ڈبل کچلنے کے نام سے جانا جاتا ہے۔ تجویز کردہ طریقہ کاریہ ہے کہ کمپریشن اعصابی ریشم کے ساتھ مواد کی نقل و حمل کو خراب کرتا ہے، لہذا ایک اعصاب جو پہلے سے ہی قریبی طور پر شرمندہ ہے وہ دوسری توہین کو کم برداشت کرتا ہے۔

یہ تصور مفید ہے اور اکثر زیادہ لاگو ہوتا ہے۔ یہ ایک حقیقی وضاحت پیش کرتا ہے کہ گردن کی پتھولوجی والے کسی شخص میں کارپل ٹیل کی علامات توقع سے کم حد پر کیوں ہو سکتی ہیں، اور ایک ہی افراد میں کثیر سائٹ کمپریشن کلسٹر کیوں ہو سکتے ہیں۔ یہ کسی غیر واضح بازو کی علامت کو فرضی دوسرے زخم سے منسوب کرنے کی اجازت نہیں ہے، اور یہ پیش گوئی نہیں کرتا ہے کہ کون سے مریض کس رہائی سے فائدہ اٹھائیں گے۔

اس کا عملی طور پر کیا مطلب ہے

دو چیزیں پیروی کرتی ہیں۔ ایک آپریشن سے پہلے، علامات جو اعصاب کو آزاد کرنے کے لئے مناسب نہیں ہیں، انگوٹھی میں numbness اور چھوٹی انگلیاں جب کارپل سرنگ کی رہائی کی منصوبہ بندی کی جاتی ہے، یا اس کے برعکس، واضح طور پر بلند کرنے کے قابل ہیں، کیونکہ پیٹرن وہی ہے جو دوسری سائٹ کی شناخت کرتا ہے۔

اور اس کے بعد، مسلسل علامات تکنیکی خرابی کے مفروضے کے بجائے تشخیص کی دوبارہ تشخیص کے مستحق ہیں۔ مذکورہ بالا شواہد سے پتہ چلتا ہے کہ دوسرا اعصاب ایک حقیقی اور تسلییم شدہ امکان ہے، ایک غیر معمولی عذر نہیں۔

حوالہ جات

[1] پیٹل این ایچ، ہنڈپول سی اے، ہوگنڈم ایل، ڈوراکو ایل ایس، زوفیل اوٹی، سیلس آرڈیلیو، اور دیگر۔ ایک ہی اوپری بازو کے متعدد کمپریشن سنڈروم: پھیلاؤ، خطرے کے عوامل، اور نتائج۔ جی ہینڈ سرج جنوری 2023;48(5):48-88. [/https://doi.org/10.1016/j.jhsa.2023.01.024](https://doi.org/10.1016/j.jhsa.2023.01.024)

[2] بولر ایسم، شلن ایس، کاسڈن ایسم، ویلہمی بی جے۔ کارپل ٹنل سنڈروم اور Dupuytren معاہدہ کے یک وقت جراحی کے علاج میں پیچیدہ علاقائی درد سنڈروم کی شرح۔ ہینڈ (این والی) - 2017;13(4):391-4. <https://doi.org/10.1177/1558944717718345>