

cauda equina سندروم

اس صفحے 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

کاڈا ایکینا سندروم اس وقت ہوتا ہے جب آپ کے ریڑھ کی ہڈی کی بنیاد پر اعصاب کا بنڈل دب جاتا ہے۔ یہ اعصاب آپ کے مثانے، آنتوں اور ٹانگوں کو کنٹرول کرتے ہیں۔ انتباہ علامات عام طور پر ایک ساتھ آتے ہیں، ایک وقت میں ایک نہیں۔

آپ کو ممکنہ طور پر sciatica کے ساتھ شدید کمر درد ہوگا، جو آپ کی ٹانگ یا ٹانگوں میں درد کا شکار ہوتا ہے۔ یہ ایک ٹانگ یا دونوں کو متاثر کر سکتا ہے۔ پیٹھنا، جھکنا یا کھانسی کرنا اکثر اسے خراب کرتا ہے۔ درد اتنا شدید ہو سکتا ہے کہ چلنا، ڈرائیونگ کرنا یا ٹوائلٹ سے اٹھنا مشکل ہو جاتا ہے۔

سب سے اہم تبدیلیاں آپ کے مثانے اور آنتوں میں ہیں۔ آپ کو پیشاب آنا شروع کرنا مشکل ہو سکتا ہے، یا آپ اپنے مثانے کو مکمل طور پر خالی نہیں کر سکتے ہیں۔ کچھ لوگوں کو جانے کی ضرورت محسوس نہیں ہوتی۔ آپ اپنے پچھلے راستے یا جنسی اعضاء کے ارد گرد numbness بھی محسوس کر سکتے ہیں، یا آپ کے آنتوں کے کام کرنے کے طریقے میں تبدیلی۔

یہ اعصابی تبدیلیاں آپ کی جنسی زندگی کو بھی متاثر کر سکتی ہیں۔ بہت سے لوگوں کو اعصاب پر دباؤ ختم ہونے کے بعد بھی جنسی مشکلات کا سامنا رہتا ہے۔

اگر آپ پوری طرح سے پیشاب نہیں کر سکتے ہیں، یا پوری طرح سے محسوس کرنے کے باوجود صرف تھوڑی مقدار میں پیشاب کر سکتے ہیں، تو اسے ہنگامی صورتحال کے طور پر علاج کریں۔ فوری طور پر ہسپتال کے ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں اور انہیں بتائیں کہ آپ کو ڈا ایکینا سندروم کے بارے میں فکر مند ہیں۔ ڈاکٹر چیک کر سکتے ہیں کہ آپ کے مثانے کو خالی کرنے کی کوشش کرنے کے بعد آپ کے مثانے میں کتنا پیشاب رہ گیا ہے۔ 200 ملی لیٹر یا اس سے زیادہ کی بقیہ مقدار ایک مضبوط انتباہی علامت ہے۔

آپ کو یہ بھی محسوس ہو سکتا ہے کہ علامات رات کے وقت یا جب آپ پہلی بار اٹھتے ہیں تو بدتر ہوتے ہیں۔ لمبے عرصے تک پیٹھنا، جیسے گاڑی میں سفر کرنا یا دن بھر میز پر بیٹھنا، ٹانگ میں درد کو بڑھا سکتا ہے۔ آپ کے ہنسنوں کے نیچے تلیے کے ساتھ فلیٹ لیٹا بھی اسے آسان کرتا ہے۔

یہ حالت ایسی نہیں ہے جسے آپ گھر میں آرام اور درد کش ادویات سے سنبھال سکیں۔ جب اعصابی بنڈل دباؤ میں ہوتا ہے تو، دباؤ دور کرنے کے لئے علاج فوری طور پر سرجری ہے۔ اگر آپ کے پاس مثانے یا بے حسی کی تبدیلیاں ہیں تو، یہ دیکھنے کے لئے انتظار نہ کریں کہ آیا وہ حل ہو جائیں گے۔

اصل میں کیا ہو رہا ہے

آپ کی ریڑھ کی ہڈی آپ کی ریڑھ کی ہڈی کے نیچے چلتی ہے اور عام طور پر آپ کی کمر کے نیچے L1-L2 سطح کے ارد گرد ختم ہوتی ہے۔ اس نقطہ سے نیچے، اعصاب ایک ٹھوڑے کی دم کی طرح پھیلے ہوئے علیحدہ تاروں کے بندل کے طور پر جاری رہتے ہیں۔ ڈاکٹروں نے اس بندل کو cauda equina کہا ہے۔ یہ آپ کے مثانے، آنتوں، جنسی فعل اور ٹانگوں کو کنٹرول کرنے والے پیغامات لے جاتا ہے۔

جب کوئی چیز اس بندل پر دباؤ ڈالتی ہے، تو یہ پیغامات بلاک ہو جاتے ہیں۔ وہ اعصاب جو آپ کے مثانے کو بتاتے ہیں کہ وہ بھرا ہوا ہے اور وہ اعصاب جو اسے خالی کرنے والے پتھوں کو کنٹرول کرتے ہیں آپ کی ریڑھ کی ہڈی میں ایک ہی جگہ سے آتے ہیں۔ اگر دباؤ کسی ایک کو متاثر کرتا ہے، تو آپ کو جانے کی ضرورت کا احساس کھو سکتا ہے، یا مناسب طریقے سے خالی کرنے کی صلاحیت کھو سکتا ہے۔ اسی دباؤ کے ارد گرد numbness کی وضاحت کرتا ہے آپ کے پیچھے گزرنے اور عضو تناسل، اور ٹانگ درد اور کمزوری۔

دباؤ عام طور پر آپ کی کمر کی ہڈیوں کے درمیان ایک کیشن میں ایک مسئلہ سے آتا ہے۔ یہ کیشن ایک نرم، جیلی کی طرح مرکز اور ایک سخت بیرونی انکلوٹی ہے، ایک حجم ڈونٹ کی طرح ٹھوڑا سا۔ اگر بیرونی حلقہ ٹوٹ جاتا ہے تو نرم مرکز اس جگہ میں پیچھے کی طرف دھکیل سکتا ہے جہاں اعصابی بندل بیٹھتا ہے اور اسے دبا دیتا ہے۔ دباؤ کی دیگر وجوہات بھی ہو سکتی ہیں، جیسے اعصاب کے ذریعے چلنے والی سرنگ کی تنگی۔

یہ عام کمر کے درد کی طرح نہیں ہے، جہاں ایک درد کی پٹھوں یا ایک پہنا کیشن تکلیف کا سبب بنتا ہے لیکن کچھ بھی پھنس نہیں ہے۔ یہاں اعصاب خود دباؤ کا شکار ہوتے ہیں، اور جب دباؤ برقرار رہتا ہے تو وہ مناسب طریقے سے کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ مثانے اور آنتوں کی تیزیوں درد سے زیادہ اہم ہیں، اور یہی وجہ ہے کہ اس حالت میں آرام اور درد کو دور کرنے کے بجائے دباؤ کو دور کرنے کے لئے فوری اسکین اور سرجری کی ضرورت ہے۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

میٹر پرائیویٹ ہسپتال راک ہیمپٹن کے ایک ریڑھ کی ہڈی کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیر پارا، cauda equina سنڈروم کا علاج ایک ہنگامی حالت کے طور پر کرتے ہیں جس میں پہلے گھر میں کوشش کرنے کی حالت کے بجائے سرجری کی ضرورت ہوتی ہے۔ 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 چھوٹی کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ کلینک میں ہم آپ کی تاریخ لیتے ہیں، آپ کا معائنہ کرتے ہیں، اور تشخیص کی تصدیق کے لیے ضروری اسکین کا بندوبست کرتے ہیں۔

بنیادی ٹیسٹ ایم آر آئی اسکین ہے، جو آپ کی ریڑھ کی ہڈی کی تفصیلی تصاویر لینے کے لئے مقناطیس کا استعمال کرتا ہے۔ یہ سی ٹی اسکین سے کہیں بہتر ڈسکس، اعصاب اور تنگ سرنگ کو دکھاتا ہے۔ اسکین آپ کی علامات کے ساتھ پڑھا جاتا ہے، اکیلے نہیں، کیونکہ صرف ایک تصویر اس حالت کی تصدیق نہیں کر سکتی۔ اگر آپ ایم آر آئی نہیں کروا سکتے ہیں، یا تصاویر واضح نہیں ہیں، تو اس کے بجائے سی ٹی میلوگرام استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ ایک سی ٹی اسکین ہے جس میں دباؤ کو ظاہر کرنے کے لئے اعصاب کے ارد گرد رنگ لگایا گیا ہے۔

اس حالت کے لئے کوئی خود پیچھنت یا فیزیوتھراپی مرحلہ نہیں ہے۔ جب اعصابی بندل دبا دیا جاتا ہے، تو انتظار کرنا یا ورزش کرنا دباؤ کو دور نہیں کرے گا، اور مثانے اور آنتوں میں تبدیلی مستقل ہو سکتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم پہلے آرام، درد سے نجات یا فیزیوتھراپی کی آزمائش کی پیشکش نہیں کرتے ہیں۔

فوری طور پر سرجری کی سفارش کی جاتی ہے۔ آپریشن کو ڈیکمپریشن کہا جاتا ہے، جس کا مطلب ہے اعصاب پر دباؤ ڈالنے والی کسی بھی چیز کو ہٹانا، عام طور پر ٹوٹی ہوئی ڈسک کا وہ حصہ جو پیچھے کی طرف دھکیل دیا گیا ہو۔ مقصد یہ ہے کہ اعصابی بندل پر دباؤ کو جلدی سے دور کیا جائے تاکہ اعصاب بحال ہو سکیں۔ آپ کے علاج کے بعد آپ کا آپریشن ہفتوں کی بجائے دنوں میں کیا جائے گا۔ اعصابی بندل پر دباؤ ڈالنے والی ڈسک کے لئے آپریشن کیا گیا مریضوں کے ایک گروپ میں، زیادہ اچانک معاملات کے لئے اوسط انتظار کا وقت 1.1 دن اور باقی کے لئے 3.3 دن تھا۔ ایک اور گروپ نے پہلی علامات سے لے کر آپریشن تک 12 سے 164 گھنٹوں کے درمیان انتظار کیا، اوسطاً تقریباً 45 گھنٹے۔ یہ پرانا نظریہ کہ سرجری چھ گھنٹے کے اندر اندر ہونی چاہیے، اب درست نہیں ہے، اور یہ اس بات کا فیصلہ نہیں کرتا کہ کوئی شخص کتنی جلدی تھیر پہنچتا ہے کہ اس کے اعصاب کی بحالی کتنی اچھی ہوتی ہے۔

ہم آپ کے ساتھ آپریشن کے ذریعے بات کریں گے اس سے پہلے کہ یہ ہوتا ہے، اور آپ سوالات پوچھ سکتے ہیں اور فیصلے میں حصہ لے سکتے ہیں۔ زیادہ تر لوگوں کو جو اس سرجری کے لئے ایک ڈسک کے لئے اعصابی بنڈل پر دباؤ ڈالتے تھے ان کی ٹانگوں میں معمول کی طاقت بحال ہو گئی۔ مثال کے طور پر بحالی اکثر سب سے سست ہوتی ہے، اور کچھ جنسی مشکلات بعد میں جاری رہ سکتی ہیں۔ ہم اس بات پر تبادلہ خیال کریں گے کہ آپ کے لئے اس کا کیا مطلب ہے، اور ذیل میں آؤٹ لک سیکشن میں بحالی کا احاطہ کیا گیا ہے۔

کیا توقع کریں

cauda equina سندروم سے بحالی ہر ایک کے لئے مختلف ہے۔ اعصاب بحال ہو سکتے ہیں، لیکن ہمیشہ مکمل طور پر نہیں، اور کچھ تبدیلیاں آپ کے ساتھ رہ سکتی ہیں۔ مستقبل کا اندازہ اس بات پر منحصر ہے کہ اعصاب کو کس حد تک دباؤ دیا گیا اور دباؤ کب تک رہا۔

آپ کی ٹانگیں آپ کے مثال کے ساتھ بہتر صحت یاب ہوتی ہیں۔ اعصابی بنڈل پر دباؤ ڈالنے والی ڈسک کے لئے سرجری کرنے والے زیادہ تر افراد نے اپنی ٹانگوں میں معمول کی طاقت حاصل کر لی۔ مثال کے طور پر سب سے مشکل حصہ ہے۔ یہ عام طور پر سرجری سے پہلے سب سے زیادہ متاثر ہونے والی تقریب ہوتی ہے، اور یہ اکثر اس کے بعد بھی اسی طرح رہتی ہے۔ جن لوگوں میں علامات اچانک آ جاتی ہیں ان کے لئے مثال کے مقابلے میں تھوڑا مشکل ہوتا ہے جن کی علامات آہستہ آہستہ بڑھتی ہیں۔

وہ تبدیلیاں جو دیر پا ہو سکتی ہیں صرف مثال کے بارے میں نہیں ہیں۔ [صفحہ ۳ پر تصویر] [صفحہ ۳ پر تصویر] مثال کے لئے بہترین ابتدائی پوزیشن ہے۔ خودکار افعال بھی متاثر رہ سکتے ہیں، یہاں تک کہ ان لوگوں میں بھی جن کے پاس بحالی کے لئے بہترین ابتدائی پوزیشن ہے۔

اگر دباؤ کو دور کرنے کے لئے سرجری کے ذریعے اس حالت کا جلد علاج کیا جائے تو بہت سے لوگ اچھی طرح سے صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ جب دباؤ بند ہو جائے تو اعصاب کو شفا پانے کا حقیقی موقع ملتا ہے۔ اگر اس کا علاج نہ کیا جائے تو دباؤ برقرار رہتا ہے اور اعصاب کو مستقل نقصان پہنچ سکتا ہے۔ [صفحہ ۲۱ پر تصویر]

صحت یابی آہستہ آہستہ ہوتی ہے اور اس میں دنوں کی بجائے مہینوں لگ سکتے ہیں۔ کچھ افعال دوسروں کے مقابلے میں جلد واپس آتے ہیں، اور آپ کو کچھ بہتری طویل عرصے تک جاری رہ سکتی ہے۔ آپ کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم آپ کے مثال کے لئے، آتوں اور ٹانگوں کے کام کی نگرانی کرے گی کیونکہ آپ کو بحال کیا جاتا ہے، اور کسی بھی تبدیلی کے لئے مدد کا بندوبست کر سکتا ہے، جیسے مثال کے خالی کرنے میں مدد۔

ہم آپ کے ساتھ آپریشن سے پہلے اور بعد میں آپ کے اپنے خیالات کے بارے میں ایمانداری سے بات کریں گے، جو آپ کی علامات اور اسکیں کے نتائج پر مبنی ہوگا۔ آپ کو اندازہ لگانے کے لئے نہیں چھوڑا جائے گا کہ آگے کیا ہوتا ہے۔

کسی سے کب ملنا ہے

یہ حالت وقت نازک ہے، اگر آپ پوری طرح سے پیشاب نہیں کر سکتے ہیں یا اگر آپ کو سیراب ہونے کے باوجود صرف تھوڑی سی مقدار پیشاب کر سکتی ہے تو ہنگامی شعبہ میں جائیں۔ اگر آپ کو ضرورت محسوس نہ ہو یا آپ کے پچھلے حصے یا جنسی اعضاء کے ارد گرد بے حسی محسوس ہو تو بھی یہی بات لاگو ہوتی ہے۔ یہ علامات ہیں کہ اعصابی بنڈل دبا دیا جا رہا ہے، اور انہیں جی پی ایپائٹمنٹ کے بجائے اسی دن تشخیص کی ضرورت ہے۔

اگر آپ کی کمر میں شدید درد ہے اور اس کے ساتھ ہی sciatica بھی ہے، جو ایک یا دونوں ٹانگوں میں درد ہوتا ہے، اور آپ کے مثال کے یا آتوں کے کام کرنے کے طریقہ کار میں کوئی تبدیلی آتی ہے تو فوری طور پر کسی ماہر سے رجوع کریں۔ علامات کے ختم ہونے کا انتظار نہ کریں۔ ڈاکٹر چیک کر سکتے ہیں کہ آپ کے مثال کے خالی کرنے کی کوشش کرنے کے بعد آپ کے مثال کے میں کتنا پیشاب رہ گیا ہے، اور آپ کی کمر کی کمر کی اسکیں کا بندوبست کر سکتے ہیں۔