

میڈا سٹک ریڑھ کی ہڈی کی بیماری

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

کینسر کی وجہ سے ہونے والا درد جو ریڑھ کی ہڈی میں پھیل چکا ہے عام طور پر درمیانی یا کمر کے نچلے حصے میں شروع ہوتا ہے، کیونکہ ریڑھ کی ہڈی کا جسم (ہر ریڑھ کی ہڈی کے سامنے ہڈی کا بلاک) وہ جگہ ہے جہاں یہ سب سے پہلے آباد ہوتا ہے۔ یہ اکثر کسی بھی اعصابی علامات ظاہر ہونے سے پہلے مہینوں میں بڑھتا ہے، اگرچہ یہ اچانک بھی آسکتا ہے اگر کمزور ہڈی ایک کمپریشن فریکچر میں گر جاتی ہے۔ رات کا درد جو آپ کو بیدار کرتا ہے، یا درد جو کسی چوٹ کے ٹھیک ہونے کے بعد طویل عرصے تک جاری رہتا ہے، دونوں ہی انتباہی علامات ہیں جن پر سنجیدگی سے غور کرنے کے قابل ہے۔

آپ محسوس کر سکتے ہیں کہ درد آرام میں ہے، نہ صرف جب آپ حرکت کرتے ہیں۔ بستر پر بیٹھنا، کرسی سے اٹھنا، واشنگ مشین لوڈ کرنے کے لیے جھکنا یا کھانا پکانے کے دوران ٹھڑے ہونا سب کچھ مشکل ہو سکتا ہے۔ اگر ٹیومر اعصاب یا ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ ڈالتا ہے تو، آپ کو بے حسی، پنوں اور سوتیوں کا احساس ہو سکتا ہے، یا آپ کی ٹانگوں میں کمزوری ہو سکتی ہے، اور چلنا غیر مستحکم ہو سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، آپ آتوں کے کنٹرول کے ساتھ نئے مسائل کو فوری توجہ کی ضرورت ہے۔

کچھ لوگوں کو حادثاتی طور پر پتہ چلتا ہے، جب کینسر کی معمولی جانچ پڑتال کے حصے کے طور پر ہڈی کا اسکین کیا جاتا ہے اس سے پہلے کہ وہ کچھ بھی محسوس کریں، ریڑھ کی ہڈی میں ایک جگہ اٹھاتا ہے۔ دیگر لوگ کمر میں درد کے ساتھ آتے ہیں اور کینسر کی کوئی تاریخ نہیں ہے، اور اس کی وجہ پتلی ہڈیوں (اسٹیوپوروسس) ہے یا کسی اور چیز کا پتہ لگانے کے لئے ٹیسٹ کی ضرورت ہوتی ہے۔ کمر کے درد کے ساتھ غیر واضح وزن میں کمی ایک اور علامت ہے جس کے بارے میں آپ کے ڈاکٹر تحقیقات کرنا چاہیں گے۔

اگر آپ کو کمپریشن فریکچر کا علاج کیا گیا ہے جس کے بارے میں خیال کیا جاتا ہے کہ یہ آسٹیوپوروسس کی وجہ سے ہے لیکن درد ختم نہیں ہوتا ہے، یا ہڈی ٹوٹی رہتی ہے تو، پھوٹے انجکشن بائیوپسی سمیت مزید ٹیسٹ اس کی اصل وجہ تلاش کر سکتے ہیں۔ ابتدائی معاملات کا پتہ لگانا، کیونکہ تاخیر سے بیماری ترقی کر سکتی ہے اور اعصابی کام کو متاثر کر سکتی ہے۔

اصل میں کیا ہو رہا ہے

آپ کی ریڑھ کی ہڈی ایک ہڈیوں کا ڈھیر ہے جس کے پیچھے ایک حفاظتی سرنگ ہے، اور اس سرنگ کے اندر ریڑھ کی ہڈی اور اعصاب ہیں جو آپ کے دماغ اور آپ کی ٹانگوں، آپ کے مثانے اور آپ کے آتوں کے درمیان پیغامات لے جاتے ہیں۔ ہر ریڑھ کی ہڈی کا سامنے والا حصہ، ہڈی کا بلاک جسے ریڑھ کی ہڈی کا جسم کہا جاتا ہے، وزن اٹھانے کا زیادہ تر کام کرتا ہے، کسی عمارت میں بوجھ اٹھانے والے ستونوں کی طرح۔ جب کینسر ریڑھ کی ہڈی میں پھیلتا ہے، تو یہ تقریباً ہمیشہ پہلے اس سامنے والے بلاک میں آباد ہو جاتا ہے، اور صرف بعد میں ہڈی کے پچھلے حصوں تک پہنچ جاتا ہے۔

جیسا کہ یومر ہڈی کے اندر جگہ لیتا ہے، ہڈی آہستہ آہستہ کھایا جاتا ہے اور کمزور ہوتا ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ یہ خاموشی سے ہوتا ہے: عام طور پر ایک سادہ ایلیس رے پر ہڈی اس وقت تک خراب نہیں ہوتی جب تک کہ اس کا 30 فیصد سے زیادہ تباہ نہ ہو جائے۔ تو ہڈی اپنی طاقت کا بہت کچھ کھو سکتی ہے اس سے پہلے کہ آپ کچھ محسوس کر سکیں۔ آپ نے جو درد اوپر پڑھا ہے وہ اس کمزوری کا نتیجہ ہے، اور اگر ہڈی کافی کمزور ہو جائے تو وہ ٹوٹ سکتی ہے، جو پہلے بیان کردہ کمپریشن فریکچر ہے۔

اگر یومر یا گرنے والی ہڈی پھر ریڑھ کی ہڈی یا اس کے پیچھے سرنگ میں اعصاب پر دباؤ ڈالتی ہے تو، اس وقت numbness، پنوں اور سونے، کمزوری یا مثلاً یا آنتوں کے کنٹرول میں دشواری ظاہر ہو سکتی ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے حصے کے درمیان shoulder blades یہاں معاملات، کیونکہ کیبل کے لئے سرنگ اس خطے میں اس کی narrowest ہے، لہذا دباؤ مسائل کا سبب بنتا ہے سے پہلے کم جگہ ہے۔

کینسر جو اکثر ہڈیوں میں پھیلتے ہیں ان میں چھاتی، پھیپھڑوں، تھائیرائڈ، گردے، آنتوں اور پروسٹیٹ کینسر شامل ہیں۔ ریڑھ کی ہڈی کے نچلے حصے گردن کے مقابلے میں زیادہ متاثر ہوتے ہیں۔ کسی بھی علاج کا مقصد، بشمول سرجری جہاں مناسب ہو، ریڑھ کی ہڈی کو مستحکم کرنا، اعصاب سے دباؤ کو دور کرنا اور درد کو کم کرنا ہے، تاکہ آپ اپنے پیروں پر رہ سکیں اور اپنی زندگی کے معیار کو زیادہ سے زیادہ وقت تک برقرار رکھ سکیں۔

ہم اس کے بارے میں کیا کر سکتے ہیں

پیٹرپرائیویٹ ہسپتال راک ہیمپٹن میں اوپری ٹانگوں کے سرجن ڈاکٹر کیران ہیرپارا، آپ کی حالت اور آپ کی زندگی کی توقع کے مطابق علاج کرتے ہیں، کیونکہ دونوں ہی اس بات کا تعین کرتے ہیں کہ کیا کرنے کے قابل 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 چھوٹ کے اہل ہونے کے ل your اپنے جی پی سے ریفرل کی ضرورت ہوگی۔ ہم آپ کی تاریخ کا جائزہ لیتے ہیں، جہاں ضرورت ہو ایک معائنہ اور امیجنگ کرتے ہیں، اور ہم آپ کی کینسر ٹیم کے ساتھ مل کر فیصلہ کرتے ہیں کہ آپ کو آرام دہ اور پرسکون رہنے میں کیا مدد ملے گی۔

کچھ کینسر سرجری کے بغیر علاج کے ساتھ اچھی طرح سے جواب دیتے ہیں۔ اگر یومر ایسی قسم کا ہے جو ریڈیو تھراپی، کیموتھراپی یا ہارمون تھراپی کے ساتھ سکرٹا جاتا ہے، تو ہم آپ کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ ریڈیو تھراپی اکثر اس وقت استعمال کی جاتی ہے جب درد ہو لیکن اعصاب ابھی تک دباؤ میں نہ ہوں اور ہڈی گرنے کے قریب نہ ہو۔ یہ لیفوما اور میلوما جیسے یومر کے لئے بھی استعمال کیا جاتا ہے، جو تابکاری کا جواب دیتے ہیں یہاں تک کہ جب ہندوق پہلے ہی دبا دی جاتی ہے۔ مضبوط سٹیئر ایڈ ادویات کا ایک مختصر کورس یومر کے ارد گرد سوجن کو کم کر سکتا ہے اور اعصاب پر دباؤ کو کم کر سکتا ہے۔ ریڈیو تھراپی کا انتخاب اس وقت بھی کیا جاسکتا ہے جب دیگر صحت کے مسائل آپریشن کو غیر محفوظ بنا دیتے ہیں، جب وقت کم ہوتا ہے، یا جب کئی ریڑھ کی ہڈیاں ملوث ہوتی ہیں۔ ایک آپشن جو ہم پیش کر سکتے ہیں وہ ہے سائبر کینف ریڈیو سرجری، ایک کمپیوٹر گائیڈڈ علاج جو مختلف سمتوں سے یومر پر تابکاری کی بہت سی چھوٹی بیموں کو نشانہ بناتا ہے۔ یہ ایک سے تین سیشنوں میں آؤٹ پشٹنٹ کے طور پر کیا جاتا ہے اور ان لوگوں کے لئے موزوں ہو سکتا ہے جنہوں نے پہلے ہی تابکاری کی ہے۔ ایک اور وٹربروپلاسٹی ہے، جہاں ہڈی کی سیمینٹ کمزور ریڑھ کی ہڈی میں اس کو مستحکم کرنے اور درد کو حل کرنے کے لئے رکھا جاتا ہے، استعمال کیا جاتا ہے جب ہڈی غیر مستحکم نہیں ہوتی ہے اور اعصاب دباؤ نہیں ہیں۔

سرجری پر غور کیا جاتا ہے جب تابکاری کے باوجود یومر بڑھتا رہتا ہے، جب یومر کی ہڈی ریڑھ کی ہڈی یا اعصاب پر دباؤ ڈالتی ہے، جب ایک کمزور ہڈی گرنے کے قریب ہے یا پہلے ہی ٹوٹ چکی ہے، یا جب ریڑھ کی ہڈی غیر مستحکم ہو گئی ہے۔ جب درد یا اعصاب کے مسائل تابکاری سے حل نہیں ہوتے ہیں تو اس پر بھی غور کیا جاتا ہے۔ سرجری کے ساتھ جوڑ کر دباؤ اتارنے کے لئے ریڈی ایشن کام کرتا ہے ایلیے ریڈی ایشن سے بہتر لوگوں کو چلنے کے لئے رکھنے کے لئے۔ سرجری کا مقصد درد کو دور کرنا، اعصاب پر دباؤ کم کرنا اور استحکام کو بحال کرنا ہے تاکہ آپ چلتے رہ سکیں۔ یہ ایک مشترکہ فیصلہ ہے، جو آپ، آپ کے خاندان اور آپ کی کینسر ٹیم کے ساتھ کیا جاتا ہے، جس کی بنیاد پر آپ کا جستم برداشت کر سکتا ہے اور آپ کیا حاصل کرنا چاہتے ہیں۔

کیا توقع کریں

ریڑھ کی ہڈی میں پھیلا کیلنسر ایک سنگین بیماری ہے، اور اس کا علاج عام طور پر ایک بڑا کام ہے جس میں صحت یابی کی ایک حقیقی مدت ہوتی ہے۔ [صفحہ ۲۲ پر تصویر] ریڑھ کی ہڈی میں پھیلاؤ کی سرجری درد کو کم کر سکتی ہے اور آپ کی کارکردگی کو بہتر بنا سکتی ہے، اور یہ آپ کو اپنے پیروں پر کھڑا رہنے اور اپنے لئے مزید کام کرنے میں مدد دے سکتی ہے۔ جہاں کیلنسر ریڑھ کی ہڈی میں صرف ایک جگہ تک پھیل گیا ہے، یا جہاں اعصاب دباؤ میں ہیں، سرجری آپ کے رہائشی حالات اور معیار زندگی کو بہتر بنا سکتی ہے۔

علاج کا بنیادی مقصد کیلنسر کا علاج کرنا نہیں ہے۔ یہ ریڑھ کی ہڈی کو مستحکم کرنے، اعصاب سے دباؤ دور کرنے اور درد کو کم کرنے کے لیے ہے، تاکہ آپ کی زندگی کا معیار زیادہ سے زیادہ عرصے تک بہتر ہو۔ آپریشن آپ کی زندگی میں توسیع نہیں کر سکتا، لیکن یہ عام طور پر آپ کے وقت کو زیادہ آرام دہ اور پرسکون بنا دیتا ہے، زیادہ تر لوگ جو ریڑھ کی ہڈی کے پھیلاؤ کے لئے palliative سرجری ہے کہ وہ بعد میں ان کی روزمرہ کی سرگرمیوں میں سے زیادہ کر سکتے ہیں، جو کچھ بھی ان کی عمر، گردن میں ٹیومر کے لئے، سرجری اچھے نتائج دیتا ہے اور اکثر ایک انتخاب کا علاج ہے۔

سرجری کیا حاصل کر سکتے ہیں کے لئے ایماندار حدود ہیں۔ اس قسم کی سرجری کے لئے پیچیدگی کی شرح دیگر پیچیدہ ریڑھ کی ہڈی کی سرجری کے مقابلے میں ہے، اور بعض اوقات آپریشن کے دوران یا بعد میں مسائل سنگین ہو سکتے ہیں۔ کچھ عوامل اچھے نتائج کے خلاف کام کرتے ہیں، بشمول ایک ٹیومر جہاں گردن سننے سے ملتی ہے، اور کیلنسر جو ریڑھ کی ہڈی میں وسیع پیمانے پر پھیل گیا ہے یا اس سے آگے ہے۔ آپ کی عمومی صحت اور آپ کے کیلنسر کی قسم بھی اس بات کا تعین کرتی ہے کہ سرجری کیا حاصل کر سکتی ہے، اور آپ کی ٹیم کسی بھی چیز کی سفارش کرنے سے پہلے آپ کے ساتھ ان کا وزن کرے گی۔

ریڑھ کی ہڈی کا علاج نہ کرنے کے اپنے خطرات ہوتے ہیں۔ اگر کمزور ہڈی گر جاتی ہے یا ٹیومر ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ ڈالتا رہتا ہے تو، مفلوج اور مٹانے یا آنتوں کا کنٹرول ختم ہو سکتا ہے، اور ہو سکتا ہے کہ یہ نقصان خود بخود واپس نہ آئے۔ وہ علاج جو تابکاری کے ساتھ ہڈی سے دباؤ کو دور کرتا ہے، لوگوں کو چلنے کے لیے اکیلے تابکاری سے بہتر کام کرتا ہے۔ آپ کی کیلنسر کی ٹیم، آپ کا جی پی اور آپ کا سرجن مل کر اس نقطہ نظر کی منصوبہ بندی کریں گے جو آپ کو زیادہ سے زیادہ آرام دہ اور آزاد وقت فراہم کرتا ہے۔

کسی سے کب ملنا ہے

یہ انتظار کرنے کی شرط نہیں ہے۔ اگر آپ کے پاؤں میں نئی کمزوری، بے حسی یا انجکشن اور انجکشن ہیں، یا آپ کے مٹانے یا آنتوں کو کنٹرول کرنے میں نئی دشواری ہے تو اسی دن ایک ہنگامی محکمہ میں جائیں۔ ان کا مطلب یہ ہے کہ ریڑھ کی ہڈی دباؤ میں ہو سکتی ہے، اور اگر اس سے فوری طور پر نمٹا نہ جائے تو یہ نقصان مستقل ہو سکتا ہے۔

اگر آپ کو کیلنسر ہے اور آپ کی کمر میں درد ہے جو ہفتوں یا مہینوں میں بڑھتا رہتا ہے، درد جو آپ کو رات کو بیدار کرتا ہے، یا درد جو بغیر کسی چوٹ کے اچانک آتا ہے تو ماہر سے معائنہ طلب کریں۔ اگر آپ کی عمر 50 سال سے زیادہ ہے اور آپ نے بغیر کسی کوشش کے وزن کم کیا ہے یا آپ کی کمر میں درد ہے جس کی کوئی واضح وجہ نہیں ہے اور یہ کم نہیں ہو رہا ہے تو بھی پوچھیں۔

اگر آپ کو پتلی ہڈیوں سے ہونے والے کمپریشن فریکچر کا علاج کیا گیا ہے، لیکن درد میں کوئی بہتری نہیں آتی یا ہڈی ٹوٹی رہتی ہے تو پہلے اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ آپ کا جی پی ٹیسٹ کا بندوبست کر سکتا ہے اور اگر ضرورت ہو تو آپ کا حوالہ دے سکتا ہے۔