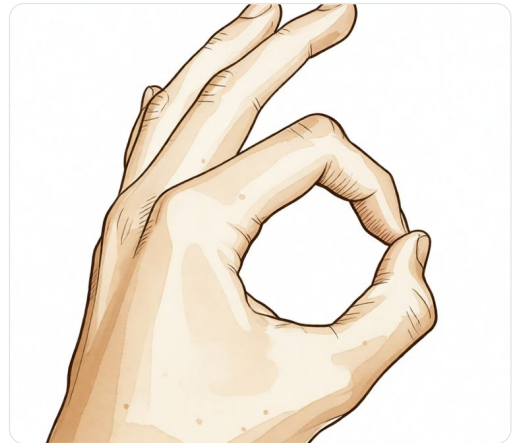


प्रोनेटर, लैसर्टस और एंटीरियर इंटरऑसियस नर्व सिंड्रोम

'OK साइन' टेस्ट: एंटीरियर इंटरऑसियस नर्व पाल्सी (नर्व का लकवा) में अंगूठा और तर्जनी गोल घेरा नहीं बना पाते, और उसकी जगह चपटी चुटकी बनाते हैं।

Wikimedia Commons ('OK Sign'), CC BY 2.5



यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

आपको क्या महसूस होता है

ये सभी समस्याएं **मीडियन नर्व (तंत्रिका)** के ऊपर की ओर, कोहनी और अग्रबाहु (कोहनी से कलाई तक का हिस्सा) के ऊपरी हिस्से के आसपास दबने से होती हैं, न कि नीचे कलाई पर, जहां इसका दबना ज़्यादा जाना-माना है (कार्पल टनल सिंड्रोम)। ये एक-दूसरे से काफ़ी अलग महसूस होती हैं।

प्रोनेटर सिंड्रोम में आमतौर पर अग्रबाहु के सामने वाले हिस्से में गहरा, दुखता हुआ, थका देने वाला दर्द होता है, जो अक्सर अग्रबाहु को बार-बार घुमाने (पेचकस या चाबी घुमाना, कपड़ा निचोड़ना) या ज़ोर से पकड़ने से बढ़ जाता है। आपको अंगूठे, तर्जनी और बीच की उंगली में, और साथ ही हथेली और अंगूठे के मांसल आधार पर भी झुनझुनी या सुन्नपन महसूस हो सकता है। कार्पल टनल सिंड्रोम के विपरीत, यह आमतौर पर आपको रात में नींद से नहीं जगाता, और तकलीफ़ हाथ की तुलना में अग्रबाहु में ज़्यादा महसूस होती है।

लैसर्टस सिंड्रोम एक नया नाम है जो आप इसी ऊपर वाले दबाव के एक खास रूप के लिए सुन सकते हैं, जिसमें कारण कोहनी की सिलवट पर एक सख्त रेशेदार पट्टा होता है, जिसे लैसर्टस फाइब्रोसिस कहते हैं। आम तौर पर हाथ जल्दी थक जाता है और पकड़ बेढंगी हो जाती है — लिखने, टाइप करने या औज़ार इस्तेमाल करने में मेहनत लगने लगती है — और साथ में अग्रबाहु में दर्द और कोहनी की सिलवट के ठीक नीचे दबाने पर काफ़ी दर्द होता है। जब कार्पल टनल की सर्जरी से वे लक्षण ठीक नहीं होते जिनके ठीक होने की उम्मीद थी, तब भी हम जिन चीज़ों की जांच करते हैं, उनमें से यह एक है।

एंटीरियर इंटरऑसियस नर्व (एआईएन) सिंड्रोम फिर से अलग है। इसमें आमतौर पर बहुत कम या बिल्कुल सुन्नपन नहीं होता। इसके बजाय यह कमज़ोरी की समस्या है: अंगूठे और तर्जनी के बिल्कुल सिरे को मोड़ने वाली मांसपेशियां ठीक से काम करना बंद कर देती हैं। इसका खास संकेत है सामान्य गोल "OK" का निशान न बना पाना: जब आप अंगूठे के सिरे को तर्जनी के सिरे से मिलाकर चुटकी बनाने की कोशिश करते हैं, तो चुटकी दबकर चपटी या तिकोनी शक्ल ले लेती है। कुछ लोगों को पहले कुछ समय के लिए बांह या कंधे में दर्द महसूस होता है, और फिर कमज़ोरी दिखती है।

असल में क्या हो रहा है

एक बड़ी नर्व, मीडियन नर्व, आपकी गर्दन से बांह में नीचे, कोहनी के सामने से होकर हाथ तक जाती है। यह **संवेदना** (हाथ के एक हिस्से के लिए) और **ताकत** (कई मांसपेशियों तक) दोनों पहुंचाती है।

प्रोनेटर सिंड्रोम में, कोहनी और अग्रबाहु के ऊपरी हिस्से की भीड़भाड़ वाली जगह से गुजरते समय नर्व दब जाती है या परेशान (इरिटेट) हो जाती है। यह कोहनी की सिलवट के पास ऊतक के एक कसे हुए पट्टे (लैसर्टस फाइब्रोसिस — जब यह पट्टा कारण हो, तो इस समस्या को तेज़ी से **लैसर्टस सिंड्रोम** कहा जाने लगा है) से दब सकती है, या तब जब यह हथेली को नीचे की ओर घुमाने वाली मांसपेशियों के बीच से या उनके नीचे से गुजरती है। क्योंकि दबाव ऊपर (कलाई से ऊपर) होता है, इसलिए लक्षणों में हथेली और अंगूठे का आधार भी शामिल होता है, और यही मुख्य सुराग है जो इसे कार्पल टनल सिंड्रोम से अलग करता है।

एआईएन सिंड्रोम में समस्या मीडियन नर्व की एक गहरी शाखा में होती है जो केवल ताकत पहुंचाती है, संवेदना नहीं, इसीलिए इसमें कमज़ोरी होती है लेकिन सूत्रपन नहीं। बहुत से लोगों में यह बिल्कुल भी साधारण “दबना” नहीं होता, बल्कि नर्व का इरिटेशन (नर्व का परेशान हो जाना) या सूजन (इन्फ्लेमेशन) जैसा होता है (कभी-कभी किसी वायरल बीमारी के बाद या बिना किसी साफ़ कारण के), और यही एक वजह है कि यह इतनी बार अपने आप ठीक हो जाता है।

हम इसके लिए क्या कर सकते हैं

माटर प्राइवेट हॉस्पिटल, रॉकहैम्पटन में डॉ. कीरन हिरपरा हमारी ऊपरी अंग (कंधे से हाथ तक) की टीम का नेतृत्व करते हैं, जो आपकी पूरी जानकारी और सावधानी से की गई शारीरिक जांच के ज़रिए इन समस्याओं का आकलन करती है। हम आमतौर पर बिना सर्जरी वाले इलाज से शुरुआत करते हैं, और सर्जरी केवल तभी करते हैं जब आराम और गतिविधियों में बदलाव के बावजूद आपके लक्षण बने रहें।

इन सभी समस्याओं में पहला कदम लगभग हमेशा बिना सर्जरी वाला इलाज होता है, और खासकर एआईएन सिंड्रोम में यह धैर्य आमतौर पर फल देता है।

तकलीफ़ को शांत करना। इसका मतलब है उन गतिविधियों में बदलाव करना जो इसे बढ़ाती हैं (बार-बार घुमाना और ज़ोर से पकड़ना कम करना), कभी-कभी बांह को आराम देने के लिए स्प्रिंट का इस्तेमाल करना, और नर्व को समय देना। दर्द से राहत के साधारण उपाय दर्द में मदद करते हैं।

इंतज़ार करते हुए निगरानी। एआईएन की कमज़ोरी बहुत बार कई महीनों में अपने आप सुधर जाती है, इसलिए आम योजना यह होती है कि कुछ और करने पर विचार करने से पहले, अक्सर लगभग तीन से छह महीने तक, निगरानी करते हुए इंतज़ार किया जाए। बहुत से लोग इस दौरान बिना ऑपरेशन के अपनी ताकत वापस पा लेते हैं। निदान की पुष्टि करने और सुधार पर नज़र रखने के लिए बीच में नर्व कंडक्शन टेस्ट या स्कैन जैसे टेस्ट करवाए जा सकते हैं।

सर्जरी उन कुछ लोगों के लिए रखी जाती है जिनमें सुधार नहीं होता: ऐसा प्रोनेटर सिंड्रोम जिसमें आराम और गतिविधियों में बदलाव को उचित समय तक आजमाने के बावजूद दर्द बना रहे, या एआईएन की ऐसी कमज़ोरी जिसमें कुछ समय की निगरानी के बाद भी ठीक होने का कोई संकेत न दिखे। ऑपरेशन नर्व को दबा रही कसी हुई संरचनाओं को रिलीज़ करता है ताकि नर्व ठीक हो सके। जब दबाव खास तौर पर लैसर्टस पट्टे पर हो, तो यह अक्सर लोकल एनेस्थीसिया (केवल उस हिस्से को सुन्न करना) में, आपके जागते हुए, एक छोटे चीरे से किया जा सकता है — जिससे प्रभावित मांसपेशियों की ताकत की जांच वहीं उसी समय की जा सकती है — और ठीक होना आमतौर पर जल्दी होता है।

क्या उम्मीद करें

इन समस्याओं में आम तौर पर नतीजे अच्छे रहते हैं। खासकर एआईएन सिंड्रोम में अपने आप ठीक होने की मज़बूत प्रवृत्ति होती है, और ठीक इसी वजह से हम ऑपरेशन की जल्दबाज़ी नहीं करते। ठीक होना धीरे-धीरे होता है, हफ़्तों के बजाय महीनों में, इसलिए इसमें कुछ धैर्य चाहिए, और बीच-बीच में आपकी प्रगति की जांच की जाएगी।

जब बिना सर्जरी वाला इलाज काफ़ी न हो और ऑपरेशन की ज़रूरत हो, तो नर्व को रिलीज़ करने से आमतौर पर प्रोनेटर सिंड्रोम का दर्द कम होता है और एआईएन सिंड्रोम में ताकत लौटने की सबसे अच्छी संभावना मिलती है, हालांकि नर्व धीरे ठीक होती हैं और सुधार उसके बाद कई महीनों तक बढ़ता रहता है।

डॉक्टर को कब दिखाएं

- अग्रबाहु में दुखता हुआ दर्द, साथ में अंगूठे, तर्जनी और बीच की उंगली में सुन्नपन या झुनझुनी, खासकर अगर यह आपको हथेली और अंगूठे के आधार में भी महसूस हो, और घुमाने या पकड़ने से बढ़ता हो।
- अचानक सामान्य "OK" का निशान बनाने में मुश्किल, या अंगूठे के सिरे को तर्जनी से दबाकर चुटकी बनाने में कमज़ोरी।
- अग्रबाहु या हाथ के ऐसे लक्षण जो ठीक नहीं होते आराम और गतिविधियों में बदलाव के बावजूद, या ऐसी कमज़ोरी जो कुछ महीनों के बाद भी सुधर नहीं रही।
- कंधे या बांह में कुछ समय का दर्द, जिसके बाद हाथ में कमज़ोरी आए — इसकी जांच करवाना उचित है, क्योंकि यह पैटर्न नर्व की ऐसी समस्या की ओर इशारा कर सकता है जिसे जल्दी पहचानने से फ़ायदा होता है।