

ड्यूपुइट्रेन (Dupuytren's) की बीमारी

ड्यूपुइट्रेन की बीमारी: हथेली में सख्त डोरियां उंगलियों को नीचे की ओर खींच लेती हैं।

Kieran Hirpara © ① ② ③ 4.0



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

आपको क्या महसूस होता है

ड्यूपुइट्रेन (Dupuytren's) की बीमारी आपकी हथेली में एक छोटी गांठ (नोड्यूल) के रूप में शुरू होती है। शुरू में इसमें आमतौर पर दर्द नहीं होता, या यह छूने पर बस थोड़ी-सी दुखती है। समय के साथ, हथेली की त्वचा के नीचे एक सख्त डोरी बन सकती है, जो एक या ज़्यादा उंगलियों की ओर जाती है। यह डोरी धीरे-धीरे कसती है और प्रभावित उंगली को हथेली की ओर नीचे खींचती है, जिससे उंगली पूरी तरह सीधी नहीं हो पाती। अनामिका और छोटी उंगली सबसे ज़्यादा प्रभावित होती हैं।

यह समस्या बढ़ने वाली (प्रोग्रेसिव) है, यानी यह समय के साथ बदलती रहती है, पर इसकी गति हर किसी में अलग होती है। कुछ लोगों को सालों तक बहुत कम बदलाव दिखता है। दूसरों में उंगली का खिंचना महीनों में बढ़ जाता है। आपको यह सबसे पहले सुबह उठने पर दिख सकता है, जब उंगली जकड़ी हुई लगती है और धीरे-धीरे सीधी होती है। शुरुआत में हाथ को झटककर ढीला करने से मदद मिल सकती है। जैसे-जैसे डोरी कसती है, रोज़ के वे काम कठिन हो जाते हैं जिनमें सपाट हथेली या चौड़ी पकड़ की ज़रूरत होती है: अपना हाथ मेज़ पर सपाट रखना, हाथ मिलाना, स्टीयरिंग व्हील पकड़ना, हथौड़ा या टेनिस रैकेट पकड़ना, या अपना हाथ जेब या दस्ताने में डालना।

मुख्य समस्या आमतौर पर दर्द नहीं होती। समस्या है हाथ को पूरी तरह खोल पाने की क्षमता खो देना, और किसी उंगली को अंदर की ओर मुड़ते देखने की झुंझलाहट। हाथ का काम-काज वापस पाना ही मुख्य कारण है जिसके लिए लोग इलाज करवाते हैं।

कुछ चेतावनी संकेतों पर इंतज़ार करने के बजाय जल्दी कदम उठाने की ज़रूरत होती है। अगर आपका हाथ गर्म, लाल, सूजा हुआ और दर्दभरा हो जाए, खासकर बुखार के साथ, या अगर आपकी उंगलियां फीकी (सफ़ेद पड़ी हुई), ठंडी, सफ़ेद या नीली पड़ जाएं, या आपके हाथ में अचानक महसूस करने या हिलाने-डुलाने की क्षमता चली जाए, तो उसी दिन इमरजेंसी विभाग जाएं। अगर लक्षण ठीक नहीं हो रहे, सप्ताहों में बढ़ रहे हैं, रात को आपको जगा देते हैं, या आपको काम करने या अपना हाथ इस्तेमाल करने से रोकते हैं, तो अपने जीपी (आपके फैमिली डॉक्टर) को दिखाएं या विशेषज्ञ से जांच के लिए कहें।

असल में क्या हो रहा है

आपकी हथेली की त्वचा के नीचे सख्त, लचीले ऊतक की एक परत होती है जिसे पामर फ़ेशिया (palmar fascia) कहते हैं। इसे रेशों के एक नरम जाल की तरह समझें, जो त्वचा को हाथ की गहरी संरचनाओं से जोड़कर टिकाए रखता है और आपकी हथेली को पकड़ने और थामने में मदद करता है। ड्यूपुइट्रेन की बीमारी में यह जाल मोटा होने और कसने लगता है। इस ऊतक की कोशिकाएं बहुत ज़्यादा कोलेजन बनाने लगती हैं, वह रेशा जो सामान्य रूप से फ़ेशिया को उसकी मज़बूती देता है, और ये रेशे फैले रहने के बजाय खिंचने की दिशा में कतार में लग जाते हैं।

जैसे-जैसे मोटा हुआ ऊतक पकता है, वह छोटा होकर एक डोरी बन जाता है। यही वह डोरी है जिसे आप अपनी हथेली की त्वचा के नीचे महसूस कर सकते हैं। यह एक ऐसी रस्सी की तरह व्यवहार करती है जिसे चरखी से धीरे-धीरे अंदर खींचा जा रहा हो। क्योंकि डोरी उंगली में जाकर जुड़ती है, यह उंगली को हथेली की ओर नीचे खींचती है, पहले उंगली की जड़ वाले जोड़ (पोर) पर और फिर उंगली के बीच वाले जोड़ पर। उंगली खुद और उसके टेंडन (कंडरा) स्वस्थ होते हैं। समस्या छोटी हो चुकी फ़ेशिया है, जो उंगली को मुड़ा हुआ रखती है।

डोरी हाथ के हर हिस्से पर एक जैसा असर नहीं डालती। अंगूठे में इस फ़ेशिया की बीच वाली पट्टी नहीं होती, इसीलिए अंगूठा शायद ही कभी प्रभावित होता है। अनामिका और छोटी उंगली उस हिस्से में होती हैं जहां यह बीमारी सबसे ज़्यादा सक्रिय होती है, इसीलिए वे सबसे ज़्यादा प्रभावित होती हैं।

इस समस्या के बारे में कई बातें जानने लायक हैं। इसका ठीक-ठीक कारण अच्छी तरह समझा नहीं गया है, और इसमें कोशिकाओं के स्तर पर जटिल प्रक्रियाएं शामिल हैं। हाथ की चोट या सर्जरी, जिसमें बार-बार पड़ने वाला यांत्रिक दबाव भी शामिल है, इस समस्या के सामने आने से जुड़ी है। सर्जरी उस डोरी को निकाल देती है जो पहले ही बन चुकी है, पर यह बीमारी की अंदरूनी प्रक्रिया को नहीं हटाती, इसलिए समय के साथ डोरी वापस आ सकती है। इसीलिए इलाज अक्सर एक बार में करने के बजाय चरणों में किया जाता है।

डोरी को काटकर ढीला (रिलीज़) कर दिए जाने के बाद भी, कुछ समय तक बदलाव जारी रहते हैं। कॉन्ट्रैक्चर (उंगली का मुड़कर अकड़ जाना) का जो हिस्सा हथेली के ज़्यादा पास है, वह छह महीने तक के समय में शांत हो जाता है। उंगली के ज़्यादा पास वाला हिस्सा शायद कभी पूरी तरह खत्म न हो, और अगर वह बचे हुए बीमार ऊतक को खींचता रहे तो फिर से बढ़ सकता है।

हम इसके लिए क्या कर सकते हैं

डॉ. कीरन हिरपरा, माटर प्राइवेट हॉस्पिटल, रॉकहैम्पटन में ऊपरी अंग (कंधे से हाथ तक) के सर्जन हैं, और वे सबसे कम चीर-फाड़ वाले उन विकल्पों से शुरुआत करते हैं जो आपकी समस्या के लिए उपयुक्त हों। मरीज़ आमतौर पर अपने जीपी (आपके फैमिली डॉक्टर) के रेफ़रल से हमारे क्लिनिक आते हैं; अगर किसी फिजियोथेरेपिस्ट ने आपको हमसे मिलने की सलाह दी है, तब भी मेडिकेयर रिबेट पाने के लिए आपको अपने जीपी से रेफ़रल लेना होगा। आपके अपॉइंटमेंट पर हम आपकी पूरी जानकारी लेते हैं, आपके हाथ की जांच करते हैं, और इमेजिंग तभी करवाते हैं जब उससे इलाज की योजना में कोई बदलाव आए। ड्यूपुइट्रेन की बीमारी का निदान आमतौर पर हाथ की जांच से ही हो जाता है।

क्योंकि डोरी धीरे-धीरे कसती है, इलाज अक्सर एक बार में करने के बजाय चरणों में किया जाता है। शुरुआती चरणों में, जब गांठ नरम होती है और उंगली अभी भी सीधी हो जाती है, हम शायद बस इस पर नज़र रखें और देखें कि महीनों में यह कैसा व्यवहार करती है। जब तक बीमारी शांत है, हैंड थेरेपी आपके हाथ को चलता और अच्छी तरह काम करता रखने में मदद कर सकती है। अगर कोई उंगली मुड़ने लगी है, तो उसे स्ट्रेच करते रहना और हिलाते-डुलाते रहना मायने रखता है, क्योंकि विकृति को जितना लंबे समय तक बढ़ने दिया जाए, कॉन्ट्रैक्चर के स्थायी होने की संभावना उतनी ही ज़्यादा होती है।

जब कोई उंगली सीधी नहीं होती, तो ऐसी प्रक्रियाएं हैं जो डोरी को काटकर ढीला (रिलीज़) करती हैं या उसे निकाल देती हैं। सबसे कम चीर-फाड़ वाली प्रक्रिया नीडल रिलीज़ है, जिसमें एक बारीक सुई से त्वचा के आर-पार डोरी को काटा जाता है। इससे लंबे समय तक रहने वाला सुधार मिल सकता है, उन हाथों में भी जिनमें बीमारी ज़्यादा बढ़ चुकी हो। कुछ डोरियों का इलाज एक छोटे चीरे से किए जाने वाले

छोटे ओपन रिलीज़ (चीरा लगाकर डोरी काटना) से भी किया जा सकता है। जब बीमारी ज़्यादा ज़म चुकी हो, तो सर्जरी से डोरी और प्रभावित फ़ेशिया, यानी हथेली की त्वचा के नीचे के ऊतक की परत, निकाल दी जाती है। बड़ी हुई बीमारी में, प्रभावित त्वचा को निकालकर उसकी जगह स्किन ग्राफ़्ट (शरीर के दूसरे हिस्से से ली गई त्वचा) लगाने से ऊतक के दोबारा बनने की संभावना कम हो जाती है। हम आपसे बात करेंगे कि आपके हाथ के लिए कौन सा विकल्प सही है, और आप और हम मिलकर फ़ैसला करेंगे।

समय मायने रखता है। सर्जरी पर आमतौर पर तब विचार किया जाता है जब उंगली की जड़ वाला जोड़ (पोर) 30 डिग्री या उससे ज़्यादा मुड़ा हो, या जब उंगली के बीच वाले जोड़ में ज़रा सा भी मोड़ हो। बीच वाले जोड़ का इलाज जड़ वाले जोड़ से पहले किया जाता है, क्योंकि उसके मुड़ी हुई स्थिति में स्थायी रूप से जकड़ जाने की संभावना खास तौर पर ज़्यादा होती है। उंगली को सीधा करने से हाथ का काम-काज सुधरता है, और इसमें बीच वाले जोड़ का योगदान जड़ वाले जोड़ से ज़्यादा होता है।

इनमें से किसी भी प्रक्रिया के बाद, आपके हाथ को अच्छी तरह काम करता बनाने के लिए हैंड थेरेपी बहुत ज़रूरी है। हाथ की सर्जरी के बाद रिहैबिलिटेशन (पुनर्वास) एक्सटेंड रिहैबिलिटेशन (Extend Rehabilitation) में रूबी डूलन के साथ होता है। रूबी एक हैंड थेरेपिस्ट (हाथ की विशेषज्ञ थेरेपिस्ट) हैं: वे आपकी थेरेपी तय करती हैं और जिस भी स्प्लिंट की ज़रूरत हो, उसे बनाती हैं।

क्या उम्मीद करें

ड्यूपुइट्रेन की बीमारी अपनी ही गति से बढ़ती है। कुछ लोगों को सालों तक बहुत कम बदलाव दिखता है, जबकि दूसरों में उंगली का खिंचना महीनों में बढ़ जाता है। यह अपने आप ठीक नहीं होती, और एक बार डोरी बन जाने के बाद भी यह प्रक्रिया रुकती नहीं। कॉन्ट्रैक्चर का जो हिस्सा हथेली के ज़्यादा पास है, वह छह महीने तक के समय में शांत हो जाता है, पर उंगली के ज़्यादा पास वाला हिस्सा शायद कभी पूरी तरह खत्म न हो और फिर से बढ़ सकता है।

उंगली को सीधा करने से आपके हाथ के काम करने में सचमुच फ़र्क पड़ता है। हाथ का काम-काज वापस पाना ही मुख्य कारण है जिसके लिए लोग इलाज करवाते हैं, और विकृति को ठीक करने से आपका हाथ जो कुछ कर सकता है, उसमें काफ़ी सुधार आता है। इसमें उंगली के बीच वाले जोड़ का योगदान जड़ वाले जोड़ (पोर) से ज़्यादा होता है, इसीलिए उसका इलाज पहले किया जाता है।

दोबारा होना (रिकरेंस) इस बीमारी के स्वाभाविक क्रम का हिस्सा है, चाहे आप कोई भी इलाज चुनें। कोई भी मौजूदा इलाज अंदरूनी प्रक्रिया को नहीं रोकता; सभी इलाज केवल उस डोरी को ठीक करते हैं जो यह प्रक्रिया पहले ही बना चुकी है। नीडल रिलीज़ के बाद, जिन लोगों में बीमारी दोबारा होती है, उनमें से ज़्यादातर में यह लगभग 2.3 साल के भीतर होती है। डोरी निकालने की सर्जरी के बाद लगभग एक-चौथाई लोगों में बीमारी दोबारा होती है, औसतन 3.7 साल बाद। जहां प्रभावित त्वचा निकालकर उसकी जगह ग्राफ़्ट लगाया जाता है, वहां उस हिस्से में बीमारी के दोबारा होने की संभावना बहुत कम होती है। अगर बीमारी वापस आ जाए, तो उसका फिर से इलाज संभव है, हालांकि दोबारा सर्जरी करना ज़्यादा कठिन होता है और उसमें पहले ऑपरेशन की तुलना में ज़्यादा जोखिम होता है।

इलाज के बाद की ज़्यादातर जटिलताएं (कॉम्प्लिकेशन) जल्दी देखभाल से ठीक की जा सकती हैं। हाथ के सर्जन जिन दो जटिलताओं पर सबसे ज़्यादा बात करते हैं, वे हैं बीमारी का दोबारा होना और जकड़न। जकड़न, खासकर उंगली के बीच वाले जोड़ की, ही वह कारण है जिससे जल्दी इलाज मायने रखता है: जो जोड़ बहुत लंबे समय तक मुड़ा रहे, वह उसी स्थिति में स्थायी रूप से जकड़ सकता है। अगर आपका हाथ गर्म, लाल, सूजा हुआ और दर्दभरा हो जाए, खासकर बुखार के साथ, तो उसी दिन इमरजेंसी विभाग जाएं। अगर लक्षण ठीक नहीं हो रहे या सप्ताहों में बढ़ रहे हैं, तो अपने जीपी को दिखाएं या विशेषज्ञ से जांच के लिए कहें।

किसी भी प्रक्रिया के बाद, आपके हाथ को अच्छी तरह काम करता बनाने के लिए हैंड थेरेपी बहुत ज़रूरी है। हाथ की सर्जरी के बाद रिहैबिलिटेशन (पुनर्वास) एक्सटेंड रिहैबिलिटेशन (Extend Rehabilitation) में रूबी डूलन के साथ होता है। रूबी एक हैंड थेरेपिस्ट (हाथ की विशेषज्ञ थेरेपिस्ट) हैं: वे आपकी थेरेपी तय करती हैं और जिस भी स्प्लिंट की ज़रूरत हो, उसे बनाती हैं।

डॉक्टर को कब दिखाएं

ड्यूपुइट्रेन की बीमारी वाले ज्यादातर लोग दर्द की वजह से नहीं, बल्कि इसलिए इलाज करवाते हैं क्योंकि हाथ का काम-काज धीरे-धीरे कम होता जा रहा होता है। विशेषज्ञ से जांच के लिए कहें अगर आपकी हथेली में कोई गांठ या डोरी सप्ताहों में बढ़ रही है, अगर कोई उंगली पूरी तरह सीधी नहीं होती, या अगर ये बदलाव आपको काम करने या अपना हाथ इस्तेमाल करने से रोकते हैं। यह समस्या बढ़ने वाली है, पर इसकी गति हर किसी में अलग होती है, इसलिए यह देखने का इंतज़ार करने के बजाय कि यह कितनी बढ़ती है, अपने हाथ की जांच करवाना फ़ायदेमंद है। बच्चों की हथेली में भी गांठ या मुड़ी हुई उंगली हो सकती है, और उसकी भी जांच ज़रूरी है। अगर आपका ट्रिगर फिंगर (उंगली का अटकना) का इलाज हुआ है, तो अपनी हथेली पर नज़र रखें, क्योंकि उसके बाद ड्यूपुइट्रेन की नई बीमारी सामने आ सकती है। अगर आपका हाथ गर्म, लाल, सूजा हुआ और दर्दभरा हो जाए, खासकर बुखार के साथ, या अगर आपकी उंगलियां फीकी (सफ़ेद पड़ी हुई), ठंडी, सफ़ेद या नीली पड़ जाएं, तो उसी दिन इमरजेंसी विभाग जाएं।