

रीढ़ का संक्रमण और डिस्काइटिस (डिस्क का संक्रमण)

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

रीढ़ के संक्रमण (इन्फेक्शन) का मुख्य लक्षण ऐसा दर्द है जो ठीक नहीं होता। यह आमतौर पर आपकी कमर या गर्दन के किसी एक हिस्से में गहराई में होता है, और दिन-ब-दिन वहीं बना रहता है। आराम, सेंक या वे दर्द निवारक दवाएं जो आप आमतौर पर लेते हैं, इसे दूर नहीं करतीं। उस जगह को छूने पर अक्सर दर्द होता है, और उसके आसपास की मांसपेशियां तनी हुई या ऐंठी हुई महसूस हो सकती हैं। रीढ़ के उस हिस्से को हिलाना मुश्किल हो जाता है, इसलिए बिस्तर में करवट बदलना, कुर्सी से उठना या कंधे के ऊपर से पीछे देखना, इन सबमें सच में ज़ोर लगाना पड़ सकता है।

दर्द अक्सर रात में बढ़ जाता है और आपको नींद से जगा सकता है। यह गतिविधि के बाद या सुबह सबसे पहले भी बढ़ सकता है। कुछ लोगों को बुखार जैसा या आम तौर पर बीमार महसूस होता है, लेकिन बहुत से लोगों को नहीं होता, और यही एक वजह है कि इस समस्या को पहचानने से चूक जाना आसान है। बिना बुखार के कमर दर्द शुरूआती एक्स-रे में कमर की किसी साधारण समस्या जैसा दिख सकता है, और यह एक कारण है कि निदान (बीमारी की पहचान) में अक्सर देरी होती है। पहले लक्षणों से निदान तक औसतन दो से छह महीने लगते हैं, और 6 से 12 सप्ताह की देरी आम है।

रोज़मर्रा में, यह दर्द आमतौर पर हर उस काम को सीमित कर देता है जिसमें आपकी रीढ़ पर भार पड़ता है। खाने के दौरान पूरे समय बैठे रहना, खाना बनाने के लिए रसोई के काउंटर पर खड़े रहना, धुले कपड़े उठाना या थोड़ी दूरी से ज़्यादा गाड़ी चलाना, ये सब मुश्किल हो सकते हैं। कुछ लोग बैठना ही नहीं चाहते और लेटना या खड़े रहना पसंद करते हैं।

अगर संक्रमण आपकी रीढ़ की नर्व (तंत्रिका) पर दबाव डालने लगे, तो नए लक्षण सामने आ सकते हैं। इनमें बांह या पैर में नीचे की ओर जाता दर्द या झुनझुनी, किसी हाथ या पैर में कमज़ोरी, या पेशाब पर नियंत्रण में परेशानी शामिल है। इस समस्या वाले लगभग 3 में से 1 व्यक्ति को नर्व से जुड़ी कोई समस्या हो जाती है। नई कमज़ोरी, सुन्नपन या पेशाब में बदलाव पर तुरंत ध्यान देना ज़रूरी है, इसलिए अगर ये दिखें तो तुरंत अपने सर्जन या अस्पताल से संपर्क करें।

अगर आपको डायबिटीज़ है, आप धूम्रपान करते हैं, आपके शरीर में कहीं और कोई संक्रमण है, पहले रीढ़ की सर्जरी हो चुकी है, या आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता (इम्यून सिस्टम) कमज़ोर है, तो आपको रीढ़ का संक्रमण होने की संभावना ज़्यादा है।

असल में क्या हो रहा है

रीढ़ के संक्रमण का मतलब है बैक्टीरिया का आपकी रीढ़ की हड्डियों में या उनके बीच की गद्दी में पहुंच जाना। कमर की दो हड्डियों के बीच की गद्दी को डिस्क कहते हैं। यह कुछ हद तक शॉक एब्ज़ॉर्बर (झटका सहने वाले पुर्जे) की तरह काम करती है, जिससे आपकी रीढ़ मुड़

पाती है और भार सह पाती है। डिस्क की अपनी खून की सप्लाई बहुत कम होती है, इसलिए वह पोषक तत्व बगल की हड्डी से सोखकर लेती है। यही धीमी सप्लाई संक्रमण के फैलने का रास्ता भी है: बैक्टीरिया आमतौर पर किसी कशेरुका (रीढ़ की हड्डी) की हड्डी में शुरू होते हैं, फिर रिसकर डिस्क में और दूसरी तरफ़ की हड्डी में पहुंच जाते हैं। डॉक्टर हड्डी के संक्रमण को ऑस्टियोमाइलाइटिस और डिस्क के संक्रमण को डिस्काइटिस कहते हैं।

बैक्टीरिया आमतौर पर आपके शरीर में कहीं और से खून के रास्ते पहुंचते हैं, और ज़्यादातर यह त्वचा पर पाया जाने वाला एक आम कीटाणु होता है जिसे स्टैफ़िलोकोकस ऑरियस कहते हैं। कम मामलों में ये सीधे अंदर पहुंचते हैं, जैसे किसी घाव या छाले (अल्सर) से, या रीढ़ की सर्जरी या इंजेक्शन के दौरान। क्योंकि संक्रमण हड्डी के अंदर गहराई में होता है, आपका शरीर इसे आसानी से घेरकर अलग नहीं कर पाता। हड्डी और डिस्क में सूजन (इन्फ्लेमेशन) आ जाती है और वे टूटने-गलने लगती हैं, इसीलिए दर्द लगातार रहता है, रात में होता है और आराम से कम नहीं होता, जैसा ऊपर बताया गया है।

ज़्यादातर समय संक्रमण रीढ़ के अगले हिस्से में, यानी भार सहने वाली हड्डियों और डिस्क में, ही रहता है। लेकिन यह फैल सकता है। नर्व के आसपास की जगह में, मेरुरज्जु (स्पाइनल कॉर्ड) के बगल में, मवाद जमा हो सकता है, जिससे संक्रमण की एक थैली बन जाती है जिसे एपिड्यूरल एब्सेस (फोड़ा) कहते हैं। यह थैली नर्व पर दबाव डालती है, और बांह या पैर में नई कमज़ोरी, सुन्नपन या पेशाब की परेशानी इसी से आती है। इन लक्षणों पर तुरंत ध्यान देना ज़रूरी है।

अच्छी बात यह है कि ज़्यादातर रीढ़ के संक्रमण एंटीबायोटिक और कमर को सहारा देने वाली बेल्ट से, बिना किसी ऑपरेशन के ठीक हो जाते हैं। सर्जरी खास हालात के लिए रखी जाती है: जब कोई फोड़ा नर्व पर दबाव डाल रहा हो, जब संक्रमण एंटीबायोटिक से ठीक न हो रहा हो, जब रीढ़ अस्थिर या टेढ़ी हो रही हो, या जब कीटाणु की पहचान के लिए ऊतक के नमूने चाहिए हों।

हम इसके लिए क्या कर सकते हैं

इलाज का पहला कदम ड्रिप से दी जाने वाली एंटीबायोटिक है, आमतौर पर कम से कम 6 सप्ताह तक, और फिर गोलियां। इस दौरान आप उठते और चलते-फिरते रहते हैं। अक्सर साथ में ब्रेस या कमर को सहारा देने वाली बेल्ट भी लगाई जाती है, ताकि ठीक होने तक रीढ़ स्थिर रहे। रीढ़ के निचले हिस्से के संक्रमण के लिए यह आमतौर पर लम्बोसेकल सपोर्ट (कमर के निचले हिस्से को सहारा देने वाली बेल्ट) होता है, और पीठ के बीच वाले हिस्से के लिए थोरेकोलम्बर ब्रेस या ज्यूवेट एक्सटेंशन ब्रेस। सही एंटीबायोटिक और कमर के सहारे से ज़्यादातर संक्रमण बिना ऑपरेशन के ठीक हो जाते हैं। अगर नर्व के पास कोई फोड़ा बन गया है लेकिन वह उन पर दबाव नहीं डाल रहा, तो भी यही योजना लागू होती है: कम से कम 6 सप्ताह तक ड्रिप से एंटीबायोटिक, आपके खून की जांच के संकेतकों पर करीबी नज़र और आपकी नर्व के काम की बार-बार जांच, और सहारे के लिए ब्रेस।

सर्जरी पर तब विचार किया जाता है जब एंटीबायोटिक काम न करें, जब कीटाणु की पहचान के लिए ऊतक के नमूने चाहिए हों, जब रीढ़ अस्थिर या टेढ़ी हो रही हो, या जब कमज़ोरी, सुन्नपन या पेशाब में बदलाव जैसी नर्व की परेशानी हो। नर्व पर दबाव डाल रहे फोड़े का इलाज भी सर्जरी से किया जाता है। इसका मकसद है मवाद निकालना, संक्रमित हड्डी हटाना और ठीक होने तक रीढ़ को स्थिर रखना। कभी-कभी पीछे बची खाली जगह भरने के लिए आपके शरीर के किसी दूसरे हिस्से से ली गई हड्डी, दान की गई हड्डी या एक केज इस्तेमाल किया जाता है, और स्क्रू (पेंच) और रॉड (छड़ें) ऊपर और नीचे के लेवलों को स्थिर रखते हैं। इस समस्या वाले लगभग आधे लोगों को आखिरकार ऑपरेशन की ज़रूरत पड़ती है। जब सर्जरी की ज़रूरत होती है, तो इससे आप बाद में जल्दी उठकर चलने-फिरने भी लगते हैं।

क्या उम्मीद करें

ज़्यादातर रीढ़ के संक्रमण इलाज से ठीक हो जाते हैं। ज़्यादातर लोगों के लिए एंटीबायोटिक और कमर का सहारा काफ़ी होते हैं, और रीढ़ स्थिर रहती है और अपना आकार बनाए रखती है। अगर आपकी उम्र साठ साल से कम है, आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता ठीक से काम कर रही है, और खून में सूजन (इन्फ्लेमेशन) के संकेतक कम होने लगे हैं, तो सिर्फ़ एंटीबायोटिक से आगे की संभावना बेहतर होती है।

ठीक होना धीमा होता है, और यह पहले से जान लेना अच्छा है। संक्रमण हड्डी के अंदर गहराई में होता है, इसलिए दर्द कम होने और हड्डी के फिर से जुड़ने में सप्ताहों से महीनों तक लगते हैं। आप कम से कम 6 सप्ताह तक, अक्सर इससे ज़्यादा समय तक, एंटीबायोटिक लेंगे, और आपकी नियमित खून की जांच और फॉलो-अप जांच होगी ताकि हम देख सकें कि संक्रमण इलाज पर कैसी प्रतिक्रिया दे रहा है। बहुत से लोग इस दौरान दर्द को धीरे-धीरे कम होता महसूस करते हैं, हालांकि छूने पर कुछ दर्द और जकड़न बनी रह सकती है।

इस समस्या वाले लगभग आधे लोगों को आखिरकार ऑपरेशन की ज़रूरत पड़ती है। जब सर्जरी जल्दी की जाती है, तो लोग एक साल बाद, सिर्फ एंटीबायोटिक से इलाज कराने वालों की तुलना में, कम कमर दर्द और रोज़मर्रा के बेहतर कामकाज की बात बताते हैं। सर्जरी से आप बाद में जल्दी उठकर चलने-फिरने भी लगते हैं।

अगर संक्रमण का इलाज न किया जाए, तो यह अपने-आप खत्म नहीं हो जाता। यह हड्डी और डिस्क को नष्ट करता रह सकता है, रीढ़ अस्थिर या टेढ़ी हो सकती है, और संक्रमण फैल सकता है। नर्व के पास का फोड़ा लंबे समय तक रहने वाली कमज़ोरी या लकवा पैदा कर सकता है, और एक बार मेरुरज्जु को खुद नुकसान पहुंच जाए तो वह नुकसान वापस ठीक नहीं होता। बिना इलाज के यह समस्या जानलेवा भी हो सकती है। इस समस्या वाले लगभग 2% से 17% लोगों की अस्पताल में इसकी वजह से मौत हो जाती है, और जब नर्व की परेशानी हो या संक्रमण छाती की ओर फैल रहा हो तो यह जोखिम बढ़ जाता है।

कुछ बातें नर्व की गंभीर समस्याओं की संभावना बढ़ाती हैं: डायबिटीज़, रूमेटॉइड आर्थराइटिस, ज़्यादा उम्र, और रीढ़ में ऊपर की ओर संक्रमण। अगर आपको कभी भी नई कमज़ोरी, सुन्नपन या पेशाब में बदलाव दिखे, तो तुरंत अपने सर्जन या अस्पताल से संपर्क करें। जल्दी पकड़ में आने और सही इलाज होने पर, ज़्यादातर लोग स्थिर रीढ़ के साथ और नर्व को बिना किसी स्थायी नुकसान के इससे उबर जाते हैं।

डॉक्टर को कब दिखाएं

अगर आपको कमर या गर्दन में ऐसा दर्द है जो ठीक नहीं हो रहा, खासकर अगर साथ में आपको बुखार जैसा या आम तौर पर बीमार महसूस होता है, तो अपने जीपी (आपके फैमिली डॉक्टर) को दिखाएं। यह और भी ज़रूरी है अगर आपको डायबिटीज़ है, आप धूम्रपान करते हैं, आपके शरीर में कहीं और कोई संक्रमण है, या हाल ही में आपकी रीढ़ की सर्जरी हुई है या रीढ़ के पास इंजेक्शन लगा है। अगर आपके जीपी को रीढ़ के संक्रमण का शक है, तो विशेषज्ञ से जांच के लिए कहें, क्योंकि यह जितनी जल्दी पकड़ में आता है, इलाज उतना ही आसान होता है।

अगर आपकी बांह या पैर में नई कमज़ोरी आए, नया सुन्नपन हो, या पेशाब या मल पर नियंत्रण में परेशानी हो, तो तुरंत इमरजेंसी विभाग जाएं। इनका मतलब है कि संक्रमण आपकी मेरुरज्जु या नर्व पर दबाव डाल रहा हो सकता है, और इसकी उसी दिन जांच ज़रूरी है। नर्व के पास का फोड़ा लंबे समय तक रहने वाली कमज़ोरी या लकवा पैदा कर सकता है, और मेरुरज्जु को खुद हुआ नुकसान वापस ठीक नहीं किया जा सकता, इसलिए यह देखने के लिए इंतज़ार न करें कि यह बेहतर होता है या नहीं।

अगर दर्द तेज़ हो जाए और पहले कभी हुए किसी भी दर्द से अलग हो, या अगर आप किसी पैर पर वज़न न डाल सकें या बांह का सामान्य इस्तेमाल न कर सकें, तो भी तुरंत डॉक्टरी मदद लें।