

ریڑھ کی ہڈی کا انفیکشن اور ڈسک کا انفیکشن (discitis)

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 کو کیا محسوس ہوتا ہے

ریڑھ کی ہڈی کے انفیکشن کی بنیادی علامت ایسا درد ہے جو ٹھیک نہیں ہوتا۔ یہ عام طور پر آپ کی کمر یا گردن کے کسی ایک حصے میں گہرائی میں ہوتا ہے، اور دن بہ دن وہیں رہتا ہے۔ آرام، سینک یا وہ درد کش دوائیں جو آپ عام طور پر لیتے ہیں، اسے دور نہیں کرتیں۔ اس جگہ کو اکثر چھونے پر درد ہوتا ہے، اور اس کے آس پاس کے پٹھے پھنچے ہوئے یا ایٹھے ہوئے محسوس ہو سکتے ہیں۔ ریڑھ کی ہڈی کے اس حصے کو حرکت دینا مشکل ہو جاتا ہے، اس لیے بستر میں کروٹ لینا، کرسی سے اٹھنا یا کندھے کے اوپر سے پیچھے دیکھنا، ان سب میں واقعی زور لگ سکتا ہے۔

درد اکثر رات کو بھڑک اٹھتا ہے اور آپ کو نیند سے جگا سکتا ہے۔ یہ سرگرمی کے بعد یا صبح سویرے بھی بڑھ سکتا ہے۔ کچھ لوگوں کو بخار یا عمومی طور پر طبیعت خراب محسوس ہوتی ہے، لیکن بہت سے لوگوں کو نہیں، اور یہی ایک پیچھے ہے کہ یہ بیماری آسانی سے نظر انداز ہو جاتی ہے۔ بخار کے بغیر کم درد ابتدائی ایکس رے پر کمزور کے کسی سادہ مسئلے جیسا لگ سکتا ہے، جو تشخیص میں اکثر تاخیر کی ایک وجہ ہے۔ اوسطاً پہلی علامات سے تشخیص تک دو سے چھ ماہ لگتے ہیں، اور 6 سے 12 ہفتے کی تاخیر عام ہے۔

روزمرہ زندگی میں یہ درد عموماً ہر اس کام کو محدود کرتا ہے جس سے ریڑھ کی ہڈی پر بوجھ پڑے۔ کھانے کے دوران بیٹھ کر رہنا، کھانا پکانے کے لیے کاؤنٹر کے پاس کھڑے ہونا، دھلے کپڑے اٹھانا یا تھوڑے فاصلے سے زیادہ گاڑی چلانا، یہ سب مشکل ہو سکتے ہیں۔ کچھ لوگ بیٹھنا بالکل چھوڑ دیتے ہیں اور لیٹنا یا کھڑا رہنا پسند کرتے ہیں۔

اگر انفیکشن آپ کی ریڑھ کی ہڈی کے اعصاب پر دباؤ ڈالنے لگے تو نئی علامات ظاہر ہو سکتی ہیں۔ ان میں بازو یا ٹانگ میں نیچے کی طرف جانے والا درد یا سونپا پن جیسا احساس، کسی بازو یا ٹانگ میں کمزوری، یا پیشاب پر قابو رکھنے میں دشواری شامل ہیں۔ اس بیماری میں مبتلا تقریباً ہر تین میں سے ایک شخص کو اعصاب سے متعلق کوئی مسئلہ ہو جاتا ہے۔ نئی کمزوری، سُن پن یا پیشاب میں تبدیلیوں پر فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے، اس لیے اگر یہ ظاہر ہوں تو فوراً اپنے سرجن یا ہسپتال سے رابطہ کریں۔

اگر آپ کو ذیابیطس (شوگر) ہے، آپ تمباکو نوشی کرتے ہیں، آپ کے جسم میں کہیں اور کوئی انفیکشن ہے، پہلے ریڑھ کی ہڈی کی سرجری ہو چکی ہے، یا آپ کا مدافعتی نظام کمزور ہے، تو آپ کو ریڑھ کی ہڈی کا انفیکشن ہونے کا امکان زیادہ ہے۔

دراصل کیا ہو رہا ہے

ریڑھ کی ہڈی کا انفیکشن اس وقت ہوتا ہے جب بیکٹیریا آپ کی ریڑھ کی ہڈیوں میں یا ان کے درمیان کی گدی میں داخل ہو جاتے ہیں۔ کمزور کی دو ہڈیوں کے درمیان کی گدی کو ڈسک (disc) کہتے ہیں۔ یہ کچھ حد تک جھٹکا جذب کرنے والے پرزے کی طرح کام کرتی ہے، اور آپ کی ریڑھ کی ہڈی کو جھلنے اور بوجھ اٹھانے دیتی ہے۔ ڈسک کی اپنی خون کی فراہمی بہت کم ہوتی ہے، اس لیے یہ اپنی غذائیت ساتھ والی ہڈی سے جذب کر

کے حاصل کرتی ہے۔ یہی سست فراہمی انفیکشن کے پھیلنے کا راستہ بھی ہے۔ ٹیکٹیریا عام طور پر کسی مہرے کی ہڈی میں شروع ہوتے ہیں، پھر ریس کر ڈسک میں اور دوسری طرف کی ہڈی میں پہنچ جاتے ہیں۔ ڈاکٹر ہڈی کے انفیکشن کو اوسٹیو مائلائٹس (osteomyelitis) اور ڈسک کے انفیکشن کو ڈسکائٹس (discitis) کہتے ہیں۔

ٹیکٹیریا عام طور پر آپ کے جسم میں کسی اور جگہ سے خون کے ذریعے پہنچتے ہیں، اور زیادہ تر یہ جلد کا ایک عام جراثیم ہوتا ہے جسے *Staphylococcus aureus* کہتے ہیں۔ کم صورتوں میں یہ براہ راست داخل ہوتے ہیں، مثلاً کسی زخم یا ناسور کے ذریعے، یا ریڑھ کی ہڈی کی سرجری یا انجکشن کے دوران۔ چونکہ انفیکشن ہڈی کے اندر گہرائی میں ہوتا ہے، آپ کا جسم اسے آسانی سے گھیر کر الگ نہیں کر سکتا۔ ہڈی اور ڈسک میں سوزش ہو جاتی ہے اور وہ ٹوٹنا شروع ہو جاتی ہیں، اسی لیے درد مسلسل رہتا ہے، رات کو ہوتا ہے اور آرام سے کم نہیں ہوتا، جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے۔

زیادہ تر انفیکشن ریڑھ کی ہڈی کے اگلے حصے میں رہتا ہے، یعنی وہ ہڈیاں اور ڈسکیں جو بوجھ اٹھاتی ہیں۔ لیکن یہ پھیل سکتا ہے۔ اعصاب کے آس پاس کی جگہ میں حرام مغز (spinal cord) کے ساتھ پیپ جمع ہو سکتی ہے، جس سے انفیکشن کی ایک پھیلتی بن جاتی ہے جسے اپیڈورل ایبسیس (epidural abscess، پیپ کی پھیلتی) کہتے ہیں۔ یہ پھیلتی اعصاب پر دباؤ ڈالتی ہے، اور بازو یا ٹانگ میں نئی کمزوری، سُن پن یا پیشاب کا مسئلہ اسی سے پیدا ہوتا ہے۔ ان علامات پر فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔

اچھی خبر یہ ہے کہ ریڑھ کی ہڈی کے زیادہ تر انفیکشن اینٹی بائیوٹک اور کمر کے سہارے سے، بغیر کسی آپریشن کے، ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ سرجری مخصوص حالات کے لیے رکھی جاتی ہے: پیپ کی پھیلتی جو اعصاب کو دبا رہی ہو، ایسا انفیکشن جو اینٹی بائیوٹک سے ٹھیک نہ ہو، ریڑھ کی ہڈی کا غیر مستحکم یا ٹیڑھا ہو جانا، یا جب جراثیم کی شناخت کے لیے نشو کے نمونوں کی ضرورت ہو۔

ہم اس کے لیے کیا کر سکتے ہیں

علاج کا پہلا قدم ڈرپ کے ذریعے دی جانے والی اینٹی بائیوٹک ہے، عام طور پر کم از کم 6 ہفتے تک، اور پھر گولیاں۔ اس دوران آپ اٹھتے اور چلتے پھرتے رہتے ہیں۔ اکثر ساتھ میں بریس یا کمر کا سہارا بھی لگایا جاتا ہے، تاکہ ٹھیک ہونے کے دوران ریڑھ کی ہڈی ساکن رہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے پچھلے حصے کے انفیکشن کے لیے یہ عام طور پر کمر کے پچھلے حصے کا سہارا (lumbosacral support) ہوتا ہے، اور کمر کے درمیانی حصے کے لیے کمر کے درمیانی اور پچھلے حصے کا بریس (thoracolumbar brace) یا جیوٹ اینڈکسٹینشن بریس (Jewett extension brace)۔ اینٹی بائیوٹک اور کمر کے سہارے سے زیادہ تر انفیکشن بغیر آپریشن کے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ اگر اعصاب کے ساتھ پیپ کی پھیلتی بن گئی ہو لیکن وہ ان پر دباؤ نہ ڈال رہی ہو تو یہی منصوبہ لاگو ہوتا ہے: کم از کم 6 ہفتے ڈرپ کے ذریعے اینٹی بائیوٹک، آپ کے خون کے ٹیسٹوں کی قریبی نگرانی اور آپ کے اعصاب کی کارکردگی کا بار بار معائنہ، اور ساتھ میں سہارے کے لیے بریس۔

سرجری پر اس وقت غور کیا جاتا ہے جب اینٹی بائیوٹک کارگر نہ ہوئی ہو، جب جراثیم کی شناخت کے لیے نشو کے نمونوں کی ضرورت ہو، جب ریڑھ کی ہڈی غیر مستحکم یا ٹیڑھی ہو رہی ہو، یا جب اعصاب کا کوئی مسئلہ ہو جیسے کمزوری، سُن پن یا پیشاب میں تبدیلیاں۔ اعصاب کو دبانے والی پیپ کی پھیلتی کا علاج بھی سرجری سے کیا جاتا ہے۔ مقصد پیپ نکالنا، متاثرہ ہڈی نکالنا اور ٹھیک ہونے تک ریڑھ کی ہڈی کو ساکن رکھنا ہے۔ بعض اوقات پیچھے رہ جانے والی خالی جگہ کو بھرنے کے لیے آپ کے جسم کی کسی اور جگہ سے لی گئی ہڈی، عطیہ کی گئی ہڈی یا چیج (cage) استعمال کیا جاتا ہے، اور پیچ اور راڈ (rods) اوپر اور نیچے کے مہروں کو ساکن رکھتے ہیں۔ اس بیماری میں مبتلا تقریباً آدھے لوگوں کو آخر کار آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے۔ جب سرجری کی ضرورت ہو تو اس سے آپ بعد میں جلدی اٹھ کر چلنے پھرنے کے قابل بھی ہو جاتے ہیں۔

کیا توقع رکھیں

ریڑھ کی ہڈی کے زیادہ تر انفیکشن علاج سے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ زیادہ تر لوگوں کے لیے اینٹی بائیوٹک اور کمر کا سہارا کافی ہوتے ہیں، اور ریڑھ کی ہڈی مستحکم رہتی ہے اور اپنی شکل برقرار رکھتی ہے۔ اگر آپ کی عمر ساٹھ سال سے کم ہے، آپ کا مدافعتی نظام اچھی طرح کام کر رہا ہے، اور خون میں سوزش کی نشاندہی کرنے والے ٹیسٹ کم ہونا شروع ہو جائیں، تو صرف اینٹی بائیوٹک سے امکانات بہتر ہوتے ہیں۔

صحت یابی سست ہوتی ہے، اور یہ بات شروع میں ہی جان لینا مفید ہے۔ انفیکشن ہڈی کے اندر گہرائی میں ہوتا ہے، اس لیے درد کم ہونے اور ہڈی کے دوبارہ جڑنے میں ہفتوں سے مہینوں تک لگتے ہیں۔ آپ کم از کم 6 ہفتے ایٹھ بائیوٹک لیں گے، اکثر اس سے زیادہ، اور آپ کے باقاعدگی سے خون کے ٹیسٹ اور معائنے ہوں گے تاکہ ہم دیکھ سکیں کہ انفیکشن علاج پر کیسا ردِ عمل دے رہا ہے۔ بہت سے لوگ محسوس کرتے ہیں کہ اس عرصے میں درد آہستہ آہستہ کم ہو جاتا ہے، اگرچہ چھوٹے پر کچھ درد اور اکرٹاؤ باقی رہ سکتا ہے۔

اس بیماری میں مبتلا تقریباً آدھے لوگوں کو آخر کار آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے۔ جب سرجری جلد کی جائے تو لوگ ایک سال بعد صرف ایٹھ بائیوٹک سے علاج کروانے والوں کے مقابلے میں کم کالم درد اور روزمرہ کی بہتر کارکردگی بتاتے ہیں۔ سرجری سے آپ بعد میں جلدی اٹھ کر چلنے پھرنے کے قابل بھی ہو جاتے ہیں۔

اگر انفیکشن کا علاج نہ کیا جائے تو یہ خود بخود ختم نہیں ہوتا۔ یہ ہڈی اور ڈسک کو تباہ کرتا رہ سکتا ہے، ریڑھ کی ہڈی غیر مستحکم یا ٹیڑھی ہو سکتی ہے، اور انفیکشن پھیل سکتا ہے۔ اعصاب کے ساتھ بننے والی پیپ کی پھیلائی دیر یا کمزوری یا فالج کا سبب بن سکتی ہے، اور جب خود حرام مغز کو نقصان پہنچ جائے تو وہ نقصان واپس ٹھیک نہیں ہوتا۔ علاج کے بغیر یہ بیماری جان لیوا بھی ہو سکتی ہے۔ اس بیماری میں مبتلا تقریباً 2 سے 17 فیصد لوگ اس کی وجہ سے ہسپتال میں فوت ہو جاتے ہیں، اور جب اعصاب کا مسئلہ ہو یا انفیکشن سینے کی طرف پھیل رہا ہو تو خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

کچھ چیزیں اعصاب کے سنگین مسائل کا امکان بڑھاتی ہیں: ذیابیطس، ریویٹائینڈ آرٹھرائٹس، زیادہ عمر، اور ریڑھ کی ہڈی کے اوپری حصے میں انفیکشن۔ اگر کسی بھی وقت آپ کو نئی کمزوری، سُن پن یا پیشاب کی تبدیلیاں محسوس ہوں تو فوراً اپنے سرجن یا ہسپتال سے رابطہ کریں۔ اگر اسے جلد پکڑ لیا جائے اور صحیح علاج کیا جائے تو زیادہ تر لوگ مستحکم ریڑھ کی ہڈی کے ساتھ اور اعصاب کو کسی دیرپا نقصان کے بغیر اس سے نکل آتے ہیں۔

ڈاکٹر کو کب دکھائیں

اگر آپ کو کمزور گردن کا ایسا درد ہے جو ٹھیک نہیں ہو رہا، خاص طور پر اگر آپ کو بخار یا عمومی طور پر طبیعت خراب بھی محسوس ہو، تو اپنے فیملی ڈاکٹر (GP) کو دکھائیں۔ یہ اور بھی اہم ہے اگر آپ کو ذیابیطس ہے، آپ تمباکو نوشی کرتے ہیں، آپ کے جسم میں لہیں اور کوئی انفیکشن ہے، یا حالیہ ہی میں آپ کی ریڑھ کی ہڈی کی سرجری ہوئی ہے یا ریڑھ کی ہڈی کے قریب انفیکشن لگا ہے۔ اگر آپ کے فیملی ڈاکٹر کو ریڑھ کی ہڈی کے انفیکشن کا شبہ ہو تو ماہر ڈاکٹر سے معائنے کی درخواست کریں، کیونکہ یہ جتنی جلدی پکڑا جائے علاج اتنا ہی آسان ہوتا ہے۔

اگر آپ کے بازو یا ٹانگ میں نئی کمزوری پیدا ہو، نیا سُن پن ہو، یا پیشاب یا پاخانے پر قابو رکھنے میں دشواری ہو تو فوراً ہسپتال کی ایمرجنسی جائیں۔ ان کا مطلب ہو سکتا ہے کہ انفیکشن آپ کے حرام مغز یا اعصاب پر دباؤ ڈال رہا ہے، اور اس کا اسی دن معائنہ ضروری ہے۔ اعصاب کے ساتھ بننے والی پیپ کی پھیلائی دیر یا کمزوری یا فالج کا سبب بن سکتی ہے، اور خود حرام مغز کو پہنچنے والا نقصان واپس ٹھیک نہیں ہو سکتا، اس لیے یہ دیکھنے کے لیے انتظار نہ کریں کہ یہ بہتر ہوتا ہے یا نہیں۔

اگر درد شدید ہو جائے اور پہلے کبھی ہونے والے کسی بھی درد سے مختلف ہو، یا اگر آپ ٹانگ پر وزن نہ ڈال سکیں یا بازو کو معمول کے مطابق استعمال نہ کر سکیں تو بھی فوری طبی مدد حاصل کریں۔