https://www.printo.it/pediatric-rheumatology/IN_HI/intro

अंग दर्द सिंड्रोम

के संस्करण 2016

१०. ऑस्टिओकोंड्रोसिस(पर्यायवाची:अवैस्कुलर नेक्रोसिस, ऑस्टिओनेक्रोसिस)

१०.१. यह क्या होता है?

ऑस्टिओकोंड्रोसिस शब्द का अर्थ होता है "मृत हड्डी"।यह बीमारी एक विभिन्न बीमारियों के समूह की होती है जिनमें हड्डी के पनपने की जगह पर किसी अज्ञात कारणवश रक्त प्रवाह रुक जाता है।जन्म के समय हड्डी कार्टिलेज की बनी होती है जो की एक मुलायम उत्तक होता है व् यह समय के साथ मिनिरल जमा कर के मज़बूत हड्डी में परिवर्तित हो जाता है।यह बदलाव एक निर्धारित स्थान से आरम्भ होता है व् इस स्थान को ओसिफिकेशन सेंटर कहा जाता है।यहाँ से शुरू हो कर धीरे धीरे सारा नरम ऊतक कड़क हड्डी में परिवर्तित हो जाता है।

इस समूह की बीमारियों का मुख्य लक्षण दर्द होता है।जिस भी हड्डी में तकलीफ होती है उसी मुताबिक उस बीमारी को नाम दिया जाता है।

इमेजिंग के द्वारा इस बीमारी का निदान किया जाता है।एक्स रे में यह परिवर्तन श्रृंखला में दिखाई देते है: सबसे पहले हड्डी के छोटे टुकड़े हो कर अंदर अंदर छोटे द्वीप बनना,इसके बाद हड्डी की रूप रेखा खत्म होना(ब्रेकडाउन)फिर स्क्लेरोसिस (इसमें हड्डी एक्स रे पर ज़्यादा सफ़ेद दिखाई देती है)और अंत में री ओसिफिकेशन(नई हड्डी बनना) व् हड्डी की रूप रेखा फिर से बनना।

हालाँकि यह सुनने में एक गंभीर समस्या लगती है,पर वाकई में यह बच्चों में एक आम तकलीफ होती है व् कूल्हे ही हड्डी को छोड़ कर बाकी जगह होनेसे इसका प्रोग्नोसिस बहुत अच्छा रहता है।कुछ प्रकार के ऑस्टिओकोंड्रोसिस तो इतने आम होते है की उन्हें सामान्य हड्डी की बनावट की एक विकृति ही कहा जाता है जैसे सीवर्स डिसीज़।कुछ तकलीफें जैसे ऑसगुड श्लेटर व् सिन्डिंग-लार्सन-जोहानसन को "ओवर यूज़ सिंड्रोम" के अंतर्गत भी रखा जा सकता है।

१०.२. लेग्ग काल्व पर्थेस डिजीज

१०.२.१.यह क्या होता है?

इस तकलीफ में फेमोरल हेड(जांघ की हड्डी जो कूल्हे के सबसे नज़दीक होती है)में रक्त प्रवाह रुक जाने से एवैस्कुलर नेक्रोससि हो जाती है।

१०.२.२.यह तकलीफ कतिनी आम होती है?

यह एक आम बीमारी नहीं होती व् लगभग १०.००० में से एक बच्चे में देखी जाती है।यह तकलीफ लड़कयिों की अपेक्षा लड़कों में अधकि देखी जाती है(प्रत्येक एक लड़की की तुलना में ४-५ लड़कों में)।अधकितर तकलीफ ३-१२ वर्ष की आयु में यह तकलीफ देखी जाती है,ख़ास कर ४-९ वर्ष की आयु के बीच।

१०.२.३.इस तकलीफ के मुख्य लक्षण क्या है?

लंगड़ा कर चलना व् कूल्हे में दर्द की शकिायत इस तकलीफ के मुख्य लक्षण है।दर्द की तीव्रता अलग अलग होती है।कुछ बच्चों को दर्द बलिकुल भी नहीं होता।आमतौर से यह तकलीफ एक ही कूल्हे में पाई जाती है पर १०% बच्चों में यह दोनों कूल्हों को प्रभावति कर सकती है।

१०.२.४.इस का नदिान कैसे कयिा जाता है?

कूल्हा पूरी तरह से हलिता नहीं है व् उसको पूरी तरह हलिाने पर दर्द होता है।शुरुआत में एक्स रे सामान्य दखिाई दे सकते हैं पर बाद में उनमें वशिेष खराबी पता चलने लगती है जैसे की पहले बताई जा चुकी है।बोन स्कैन व् एम.आर.आई. इस तकलीफ को एक्स रे से जल्दी पकड़ पाते है।

१०.२.५. इसका इलाज कैसे कयिा जाता है?

यह आवश्यक है की इस तकलीफ से पीड़ति बच्चों को बच्चों के हड्डीरोग वशिेषज्ञ के पास भेजा जाये।इमेजगि के द्वारा उनकी तकलीफ का पता लगाया जाना चाहएि।इलाज बीमारी की तीव्रता पर नरि्भर करता है।जब तकलीफ बलिकुल कम होती है तब बनिा कसिी इलाज के अपने आप यह तकलीफ खत्म हो सकती है।
जब तीव्रता अधकि होती है तब इलाज का लक्ष्य होता है की फेमोरल हेड को उसकी जगह पर रोक कर रखा जाये जसिसे वह पनप कर अपनी गोलाई का आकर ले सके
यह लक्ष्य पाने के लएि छोटे बच्चों को एक वशिेष प्रकार का अब्दक्शन ब्रेस दयिा जाता है।बड़े बच्चों में सर्जरी के द्वारा हड्डी में से एक टुकड़ा नकिल दयिा जाता है जसिसे उसका आकर ठीक कयिा जा सके और फीमर को उसकी सही जगह पर रखा जा सके।

१०.२.६. इसका प्रोग्नोससि होता है?

प्रोग्नोससि उस पर नरि्भर करता है की फीमोरल हेड में कतिनी खराबी है(जतिनी कम हो उतना अच्छा होता है),व् बच्चे की आयु यदि ६ वर्ष से कम है तब प्रोग्नोससि बेहतर होता

है।पूरी तरह से ठीक होने में लगभग २ से ४ वर्ष लग जाते हैं।आम तौर से सभी प्रभावति कूल्हों में से लगभग दो तहिाई आकार व् कार्य में पूर्ण रूप से ठीक हो पाते है।

१०.२.७. रोज़मर्रा की गतविधियिों के बारे में क्या है?

यह इस पर नर्भिर करता है की बच्चे की बीमारी कतिनी है व् उसका इलाज क्या चल रहा है।बच्चों को तेज़ भागना या ऊंचाई से छलांग लगाने जैसी गतविधियिाँ मन की जाती हैं क्योंकि इनसे कूल्हे पर एकदम झटका लगता है।इसके आलावा बच्चे अपनी सामान्य सभी गतविधियिों में हस्सिा ले सकते हैं, पर उन्हें भरी वज़न उठाने की अनुमतनिहीं होती।

१०.३.ऑसगुड श्लैटर डजिीज

यह तकलीफ टीबीएल टुबेरोसटिी (तंग की हड्डी के ऊपरी हस्सिे पर स्थति एक हड्डी का छोटा टीला)के ओसफिकिशन केंद्र पर बार बार चोट लगने से होती है।यह १%कशिोरों में देखी जाती है खास तौर से खेल कूद में अधकि सक्रीय कशिोरों में।
भागने,सीढीयां चढ़ने उतरने,घुटनों के बल बैठने,कूदने इत्यादि गतविधियिों से दर्द बढ़ जाता है।इसका नदिान शारीरकि जांच से कयिा जाता है जसिमे यह वशिेषता मलिती है की घुटने के नीचे टबिअिल टुबेरोसटिी पर दर्द या सूजन होती है व् जहाँ पर पटेला का स्नायु जुड़ा होता है वहां दबाने पर दर्द होता है या कभी कभी सूजन भी देखने को मलिती है।
एक्स रे सामान्य भी हो सकता है या कभी कभी उसनमे टबिअिल टुबेरोसटिी के छोटे छोटे टुकड़े भी दीख सकते हैं।इलाज के लिए ठंडी सकिाई व् गतविधियिों को उतना सीमति करना चाहिए जतिने में मरीज़ बनिा तकलीफ के अपना सभी कार्य कर पाये।समय के साथ यह तकलीफ अपने आप बनिा कसिी वशिेष इलाज के ठीक हो जाती है।

१०.४ सीवर्स डजिीज

इस स्थतिि को "केलकेनीयल अपोफैसाइटसि" भी कहा जाता है।यह कलकैनेअल अपोफाइससि की ऑस्टओिकोंड्रोससि होती है जो की शायद ऐकलिसि स्नायु से सम्बंधति होती है
यह बच्चों व् कशिोरों में एड़ी के दर्द का मुख्य कारण होता है।अन्य ऑस्टओिकोंड्रोससि की ही भांतियह भी खेल कूद में सक्रीय बच्चों व् खास तौर से लड़कों में देखा जाता है।यह ७-१० वर्ष की आयु में प्रारम्भ होता है व् इसमें व्यायाम के बाद एड़ी में दर्द होता है जसिसे बच्चे लंगड़ा कर चलते है।
इसका नदिान शारीरकि परक्षिण से ही कयिा जाता है।इसके लिए कसिी भी वशिेष इलाज की आवश्यकता नहीं होती,सर्फि बच्चे की तकलीफ के अनुसार उसकी गतविधियिों को नयिंत्रति करना पड़ता है जसिसे बच्चे को दर्द न हो।अधकि तकलीफ होने पर एड़ी के नीचे कुशन लगाया जा सकता है।समय के साथ यह तकलीफ अपने आप ठीक हो जाती है।

१०.५. फ्रीबर्ग डजिीज

यह तकलीफ पैर में स्थति दुसरे मेटा टार्सल के सर पर चोट लगने से हुए ऑस्टओिकोंड्रोससि से होती है।यह बहुत आम तकलीफ नहीं होतीव् अधकितर कशिोरावस्था में लड़कयिों में देखी जाती है।शारीरकि गतविधियिों से दर्द बढ़ता है।शरीक परक्षिण के द्वारा पैर के दुसरे मेटा टार्सल पर दबाने से दर्द होता है व् कभी कभी वहां पर सूजन भी दखिाई देती है।इसका नदिान एक्स रे के द्वारा कयिा जा सकता है पर एक्स रे में यह दखिाई देने में दो सप्ताह से अधकि समय लग सकता है।इलाज के लएि आराम व् मेटा टार्सल के ऊपर पैड लगाया जा सकता है।

१०.६. शरमन डजिीज

शरमन डजिीज को जुवेनाइल काइफोससि भी कहा जाता है।यह बीमारी रीढ़ की हड्डी की ऊपर व् नीचे की परत में ऑस्टओि नेक्रोससि की होती है।यह अधकितर कशिोर लड़कों में देखी जाती है।अधकितर बच्चों को इस बीमारी में तकलीफ नहीं होती पर उनकी कमर आगे की ओर झुकी हुई होती है।अधकि कार्य करने पर कमर में दर्द हो सकता है जो आराम करने से कम होता है। इस रोग का संदेह मरीज़ की कमर में आये अधकि झुकाव को देख कर कयिा जाता है व् उसकी पुष्टएिक्स रे के द्वारा की जाती है।

शरमन डजिीज नमक रोग के नदिान के लएि बच्चे की कम से कम एकसाथ तीन रीढ़ की हड्डयिों में आगे की तरफ ५ डग्रिी का झुकाव होना चाहएि व् दो रीढ़ की हड्डयिों के बीच की परत में खराबी दखिाई देनी चाहएि।

शरमन डजिीज के लएि आमतौर से कसिसि वशिेष चकित्सिा की अवश्यक्या नहीं होती, इन बच्चों को नयिमति देख रेख में रखा जाता है व् अधकि जटलि तकलीफ में रीढ़ की हड्डी के लएि ब्रेस दयिा जा सकता है।