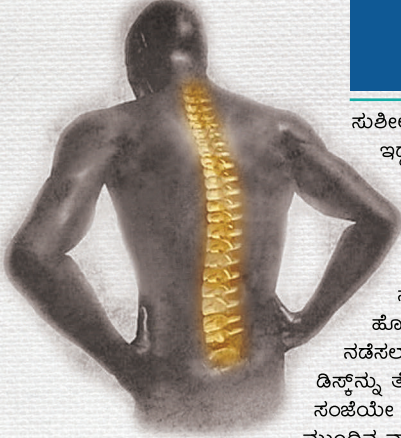


# ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರ



ಸುಲೀಲ್ ಕುಮಾರ್ ಒಂದು ಖಾಸಗಿ ಕಂಪನಿಯಲ್ಲಿ ಸದಾ ಜಿಬ್ಬು ಆಗಿರುವ ವೃತ್ತಿನಿಷ್ಠ ಮ್ಯಾನೇಜರ್. ಆತನಿಗೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಬೆನ್ನುನೋವು ಕಾಡತೊಡಗಿ, ಅದು ಎಡಗಾಲಗೂ ತಗುಲಿತು. ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ನಡೆಯಲಕ್ಕೂ ಆಗದಂತೆ ಆಯಿತು. ಅವರನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ, MRI ಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿದಾಗ, ಬೆನ್ನಿನ ಅಡಿ ಭಾಗದಲ್ಲ ಲಾರ್ಜ್ ಡಿಸ್ಕ್ ಪ್ರೊಲ್ಯಾಪ್ಸ್ ಆಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿತು. ಅದು ಅವರ ಎಡಗಾಲನ ನರಕ್ಕೆ ಒತ್ತಿ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರನ್ನು ಸರ್ಜರಿ ಇಲ್ಲದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಗುರಿಪಡಿಸಲಾಯಿತು, ಆದರೆ ಏನೂ ಸುಧಾರಣೆ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ನೋವು ಮತ್ತೆ ಮರಳಿತು. ನಂತರ ಅವರನ್ನು ಮಿಸುಮಲ್ ಇನ್‌ವೇಸಿವ್ ಸ್ಪೈನ್ ಸರ್ಜರಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿ, ಕಾಲನ ನರ ಒತ್ತಿ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯಲ್ಲಿನ ಡಿಸ್ಕ್ ಹೊರತೆಗೆಯಲಾಯಿತು. ಅವರನ್ನು ಆಪರೇಷನ್ ಇದ್ದ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಮಕಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅಡ್ಡಲಾಗಿರಿಸಿ, ಸರ್ಜರಿ ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಅದು ಮೈಕ್ರೋಸ್ಕೋಪ್ ಆಧರಿಸಿದ ಬಲು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಇನ್‌ಸಿಷನ್ ಆಗಿತ್ತು. ಕಾಲನ ನರ ಒತ್ತುತ್ತಿದ್ದ ಡಿಸ್ಕ್‌ನ್ನು ತೆಗೆಯಲಾಯಿತು. ಸರ್ಜರಿ ಮುಗಿದ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿಗೇ ಅವರ ನೋವು ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಸಿಯಾಯಿತು. ಆ ದಿನ ಸಂಜೆಯೇ ಅವರು ಸಲೀಸಾಗಿ ನಡೆಯತೊಡಗಿದರು! ಅವರನ್ನು ಮಾರನೇ ದಿನ ಡಿಸ್ಕಾರ್ಜ್ ಮಾಡಲಾಯಿತು, ಅದರ ಮುಂದಿನ ವಾರ ಅವರು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗತೊಡಗಿದರು.

## ರೋಗಿಗಳ ಸಹಜ ಸಂದೇಹಗಳು

**ನರಗಳು ಹಿಡಿತ ತಪ್ಪುವಂತೆ (ನ್ಯೂರಲಾಜಿಕಲ್ ಡಿಸಾರ್ಡರ್ಸ್) ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಪಾತ್ರವೇನು?**

ಬೆನ್ನುಹುರಿ (ಸ್ಪೈನಲ್ ಕಾರ್ಡ್) ಒಂದು ಅತಿ ಸಂವೇದನಾಶೀಲ ರಚನೆಯಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಕೇಂದ್ರವಾಹಕ ಎನ್ನಬಹುದು. ಈ ಸಂವೇದನಾಶೀಲ ರಚನೆಗೆ ತಗುಲುವ ಯಾವುದೇ ಪೆಟ್ಟು ಅಥವಾ ಜೀಳುವ ಒತ್ತಡ, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕೈ-ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅದು ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆ ತಂದೊಡ್ಡಿ, ಕೈ-ಕಾಲುನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲೂಬಹುದು. ಪಾದಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ನರಗಳ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಅತೀವ ಉರಿ, ನವೆ ಮತ್ತಿತರ ಅಸಹಜ ಹಿಂಸೆಗಳೂ ಆಗಬಹುದು.

**ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ರೋಗಿಯನ್ನು ತೀವ್ರ ನಿಶ್ಚಕ್ತಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸುತ್ತವೆ?**

ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೆ ತಗಲಬಹುದಾದ ನೇರ ಪೆಟ್ಟುಗಳಿಂದಾಗಿ (ಅತ್ಯಧಿಕ ಒತ್ತಡಪೂರ್ವಕ ಕೆಲಸ) ಅದು ಸ್ಲೈಪ್ ಡಿಸ್ಕ್ ಪ್ರೊಲ್ಯಾಪ್ಸ್ ಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ, ಇದು ಪ್ರಾಣಾಘಾತಕ ನೋವು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ರೋಗಿ ಅತ್ಯಧಿಕ ನಿಶ್ಚಕ್ತಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ, ಜೊತೆಗೆ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯಲ್ಲಿ ಫ್ರಾಕ್ಚರ್ ಕೂಡ ಆಗಬಹುದು. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿಶ್ಚಕ್ತಿ ಉಂಟಾಗುವುದೆಂದರೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಬಳಿಯಲ್ಲಿನ ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಪೆಟ್ಟು. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಆ ಭಾಗದಿಂದ 2-2 ತೋಳು, ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ರೋಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಶ್ಚಕ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ, ನಡೆಯುವುದೇ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

**ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಯಾವ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೆ ಸರ್ಜರಿ ಅನಿವಾರ್ಯ ಎನಿಸುತ್ತದೆ?**

ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಒಂದೇ ಮಂತ್ರ ಅಲ್ಲ! ಹೀಗಾಗಿ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಯುಳ್ಳ ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಿಗಳಿಗೂ ಸರ್ಜರಿ ಒಂದೇ ಪರಿಹಾರವಲ್ಲ. ಯಾವ ರೋಗಿಗಳು ತೀವ್ರ ನಿಶ್ಚಕ್ತಿಯಿಂದ ನರಳುತ್ತಾ ಏಳಲಾಗದ ಲಕ್ಷಣ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೋ, ಔಷಧಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಸ್ಪಂದಿಸಲಾರದೋ, ಅಂಥವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸರ್ಜರಿ ಅಗತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

**ಸರ್ಜರಿ ನಂತರ ರೋಗಿ ಹಿಂದಿನಂತೆ (ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆ ನಡೆಸಲು) ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುವರೆ?**

ಖಂಡಿತ! ರೋಗಿಗಳು ಈ ಸರ್ಜರಿಯ ನಂತರ ತಮ್ಮ ಎಂದಿನ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುವರು. ಒಮ್ಮೆ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಆಪರೇಷನ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡವರು ಜೀವನವಿಡೀ ಹಾಸಿಗೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು, ಮುಂದೆಯೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮರುಕಳಿಸಬಹುದು, ಎನ್ನುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಭ್ರಮೆ. ಅವರು ಮಾಮೂಲಿಯಾಗಿ ಎಂದಿನ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಲೀಸಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

**ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಯಾವ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು?**

ಕುತ್ತಿಗೆಯಿಂದ ನೋವು ಶುರುವಾಗಿ ಅದು ಕ್ರಮೇಣ ಕೈ-ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಹರಡಿ ಹಿಂಸಿಸಿದರೆ ಅಲ್ಲಿನ ನರಗಳಿಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರ್ಥ. ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುವಂಥ ಯಾವುದೇ ತೀವ್ರ ನೋವನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೆ, ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿ, ತಕ್ಷಣ ಸೂಕ್ತ ಬೆನ್ನುಹುರಿ ತಜ್ಞ (ನ್ಯೂರೋ ಸರ್ಜನ್)ರನ್ನು ಕಂಡು, ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದರೆ, ಎಲ್ಲಾ ಅಗತ್ಯ ಟೆಸ್ಟ್‌ಗಳು, MRI ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಸಹ ಮಾಡಿಸಿ, ಸಮಸ್ಯೆ ಎಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾದುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಬೇಕು.

**ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿನ ಬೆನ್ನುಹುರಿಯ ವಿಶೇಷ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಕುರಿತು ತಿಳಿಸುವಿರಾ?**

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮುಟ್ಟಂತ್ಯ (ಮೆನೋಪಾಸ್)ಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಈ ಬೆನ್ನುಮೂಳೆ ಸವೆತ (ಆಸ್ಟಿಯೋಪೋರಿಸಿಸ್) ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಹೀಗಾಗಿ ಇಂಥ ಮಹಿಳೆಯರು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಬೇಗ ತುತ್ತಾಗುವರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರೌಢ ಮಹಿಳೆಯರು ಸೂಕ್ತ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಬಂದು ತಮ್ಮ ಬೋನ್ ಡೆನ್ಸಿಟಿಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದ ಕ್ಯಾಲ್ಷಿಯಂ (ಉದಾ: ಹಾಲು) ನೀಡಿಸಬೇಕು.



**ಡಾ. ರಘುರಾಮ್ ಜಿ.**  
ಕನ್ಸಲ್ಟೆಂಟ್ ನ್ಯೂರೋ & ಸ್ಪೈನ್ ಸರ್ಜನ್  
ಕೊಲಂಬಿಯಾ ಏಷ್ಯಾ ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್ಸ್,  
ಬೆಂಗಳೂರು, ಭಾರತ.

**ಕೊಲಂಬಿಯಾ ಏಷ್ಯಾದಲ್ಲಿನ ರಿಯಾಯಿತಿ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಆಂತರಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳು:**

- 1) ಕೀಲು ನೋವಿನ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ @ 500/-:  
ಉಚಿತ ನೋಂದಣಿ, ಎರಡು ಮಂಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಸೂಂಟದ ಕ್ಷ-ಕಿರಣ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ತಜ್ಞರ ಜೊತೆಗೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ
- 2) ಸ್ಪೀರೋಗ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಆರೈಕೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ: 40 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರಿಗೆ ಪ್ಯಾಕೆಜ್ @ 1380/- & 40 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗಿನವರಿಗೆ @ 900/-
- 3) ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹೃದಯದ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ: ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರಿಗಾಗಿ ಪ್ಯಾಕೆಜ್ @ 349/- & 30-60 ವರ್ಷಗಳ ನಡುವೆ ಇರುವವರಿಗಾಗಿ @ 399/-
- 4) ಹೃದಯವಿಜ್ಞಾನದ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ @ 500/-:  
ಹೃದಯತಜ್ಞರು ಮತ್ತು ಸಿಬಿಎಸ್ ವಿಶೇಷ ತಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ
- 5) ಇಎನ್‌ಐ - ಗೂರಕ್ ಮತ್ತು ಮೂಗಿನ ಕುಳಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ @ 500/-:  
ಉಚಿತ ನೋಂದಣಿ ಮತ್ತು ಇಎನ್‌ಐ ವಿಶೇಷ ತಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ.
- 6) ಪ್ರಾಸ್ಟೇಟ್ ಸ್ಪೀನಿಂಗ್ / ತಪಾಸಣೆ @ 1000/-: 2 ದಿನ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಯುರೋಲಾಜಿಸ್ಟ್‌ಗಳಿಂದ ಸೂಕ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ.
- 7) ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ @ 500/-: ಸೂಕ್ತ ಡಯೆಟಿಯನ್, ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣಾ ತಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ.
- 8) ಅನಿಮಿಯಾ ಕ್ಲಿನಿಕ್ ಸೆವೆ @ 500/-: ಉಚಿತ ನೋಂದಣಿ, ಹೆಮಟಲಾಜಿಸ್ಟ್ (ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷಕರು) ಮತ್ತು ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಸೌಲಭ್ಯ.
- 9) ಸ್ಪೈನ್ ಪೈನ್ ಕ್ಲಿನಿಕ್ @ 500/-: (ಬೆನ್ನು ನೋವಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತಪಾಸಣೆ) (ನರರೋಗ ತಜ್ಞ) ನ್ಯೂರೋಲಾಜಿಸ್ಟ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ.

ಯಾವುದೇ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾಕೇಜ್‌ಗಾಗಿ, ದಯವಿಟ್ಟು ಕರೆ ಮಾಡಿ 09538921615.