Back Pain / कमर दर्द

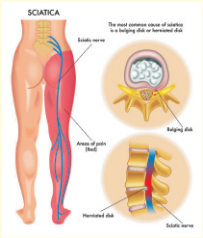
कमर दर्द एक आम समस्या है जिसके कि प्रमुख कारण निम्नलिखित है–

1- Muscle Weakness & Poor Posture

2- Prolapsed / Slipped Disc - Spine / रीढ़ में मौजूद डिस्क हड्डियों के बीच के गैप को बनाकर रखती है। इसके खिसकने से गैप कम हो जाता है तथा नसों पर दबाव आने लगता है। इस कारण से दर्द कमर से पैरों में जाता है तथा पैरों में झुनझुनी अथवा सुन्नपन हो सकता है। इस दर्द को शियाटिका Sciatica के नाम से भी जाना जाता है।

3- Injury - चोट के कारण Spine Fracture, अचानक से झुकने अथवा भारी वजन उठाने के कारण Muscle Pull / Strain / Sprain

4- Other Causes - Spondylosis, Arthritis, Ankylosing Spondylitis, Canal Stenosis.



Spinal Injection Therapy

नसों पर दबाव (Nerve Compression) के कारण होने वाले कमर दर्द में इन्जेक्शन थैरेपी बहुत ही सफल एवं सुरक्षित है तथा यह ऑपरेशन की जरूरत को कम करती है।

Ozone Therapy

इस पद्धति में स्लिप डिस्क के अन्दर इंजेक्शन द्वारा ओजोन गैस डाली जाती है। जिससे कि डिस्क सिकुड़ जाती है तथा नस पर दबाव कम हो जाता है। इस प्रक्रिया की सफलता दर 70 से 80 प्रतिशत है।

Epidural / Nerve Block

इस प्रक्रिया में Spinal Cord के बाहर मौजूद Epidural Space में इंजेक्शन द्वारा दवायें डाली जाती है जो कि कमर दर्द में लम्बे समय तक राहत दे सकती हैं।

Knee Arthritis (घुटने की गठिया) और PRP

PRP घुटने की गठिया का अत्यन्त उपयोगी, प्रभावी एवं सुरक्षित इलाज है। सही चयनित मरीजों में इसके उपयोग से ऑपरेशन / Knee Replacement की जरूरत अब बहुत कम हो गई है।

घुटने में PRP इंजेक्शन लगाने के बाद प्लेटलेट्स Growth Factors का निर्माण करती हैं जो कि घिस चुकी गददी / Cartilage के रिपेयर और Regeneration में मदद करते हैं।

इस तरह जोड़ में Lubrication / चिकनाहट बढ़ती है तथा मरीजों को गठिया के लक्षण जैसे कि दर्द, सूजन आदि में आराम मिलता है।
स्टेज 2 एवं 3 की गठिया के मरीजों को बेहतर परिणाम मिलते हैं परन्तु स्टेज 4 (Advance Arthritis) के कुछ मरीजों में भी PRP कई तरीकों से फायदेमन्द साबित हो सकता है –

1. पेनकिलर दवाओं पर निर्भरता कम होती है।
2. गठिया को Progression / बढ़ने से रोकता है।
3. ऑपरेशन को कुछ अवधि के लिए टाल सकता है।

आर्थराइटिस के शुरूआती स्टेज में ही जितना जल्दी हो सके PRP थेरेपी कराना बेहतर होता है। जिससे कि अधिकतम और लम्बी अवधि तक इसका लाभ मिल सके।

Ligament / Sports Injury & PRP

PRP द्वारा किसी भी लिगामेन्ट इंजरी, टेंडन इंजरी, टेंडनाइटिस का इलाज सम्भव है तथा स्पोर्ट्सपर्सन की कई समस्याओं को PRP कम अवधि में तथा बेहतर तरीके से ठीक करता है।
घुटने और कन्धे के कम्पलीट टेंडन / लिगामेंन्ट टीयर के मरीजों में आर्थोस्कोपी (दूरबीन विधि) द्वारा ऑपरेशन ही बेहतर विकल्प है।

PRP CLINIC

Arthritis, Ligament Injury &
Pain Managment Center
(Unit of Devpad Clinic)

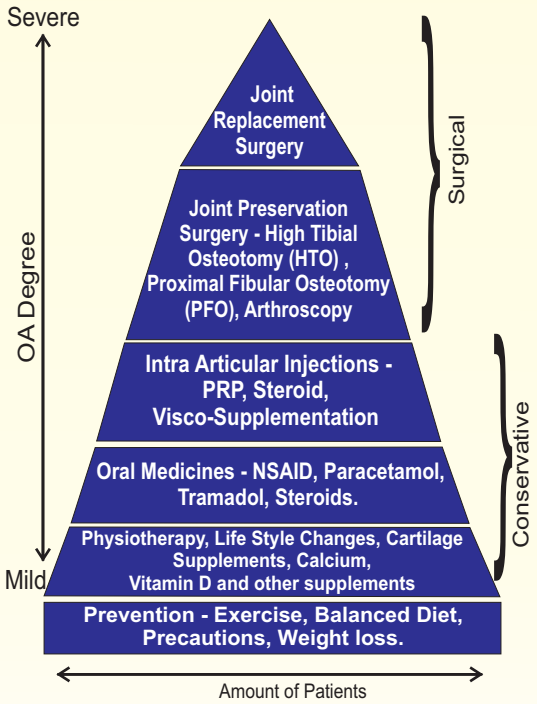
173 टैगोर टाउन, प्रयागराज

☎: 0532-2468222 7080632218

• www.prpclinic.in • www.devpadhealthcare.com
• devpadhealth@gmail.com devpad.healthcare

Information Brochure

Treatment protocol for Arthritis



PRP क्या है ?

PRP का पूरा नाम है प्लेटलेट रिच प्लाज्मा। जैसा कि नाम से ही प्रतीत होता है, यह ब्लड का ही भाग है।

PRP कैसे बनता है ?

मरीज का खुद का ब्लड (10-20 ml) सिरिंज द्वारा निकालकर उसको स्पेशल PRP किट में डाला जाता है। सेंट्रीफ्यूज मशीन की सहायता से किट की प्रोसेसिंग की जाती है तथा प्लेटलेट्स को खून के अन्य हिस्सों जैसे कि वाइट ब्लड सेल्स एवं रेड ब्लड सेल्स (WBC & RBC) से अलग किया जाता है तथा एक्टिवेट किया जाता है। सामान्य ब्लड की तुलना में PRP के अन्दर प्लेटलेट्स की मात्रा कई (15 से 20) गुना ज्यादा होती है।

PRP कैसे कार्य करता है ?

शरीर की किसी भी चोट को भरने के लिए ब्लड की आवश्यकता होती है। ब्लड की यह Healing Power प्लेटलेट्स की वजह से होती है। प्लेटलेट्स चोट / बीमारी की जगह पर इकठ्ठा होकर Growth Factors का निर्माण एवं रिलीज करते हैं। यह Growth Factors शरीर के Tissue / उतकों के निर्माण एवं रिपेयर में सहायक होते हैं। खास बात यह है कि प्लेटलेटस शरीर के अलग–अलग हिस्सों में, भिन्न तरीके के Tissues का निर्माण करती हैं।

PRP किस तरह शरीर में डाला जाता है ?

किट से प्राप्त PRP को सामान्य इंजेक्शन द्वारा शरीर के क्षतिग्रस्त हिस्से में डाला जाता है। PRP सही जगह पर लगे यह चिकित्सक की कुशलता पर निर्भर करता है। इंजेक्शन लगाते वक्त C-Arm / दूरबीन / अल्ट्रासाउण्ड की सहायता भी ली जा सकती है।

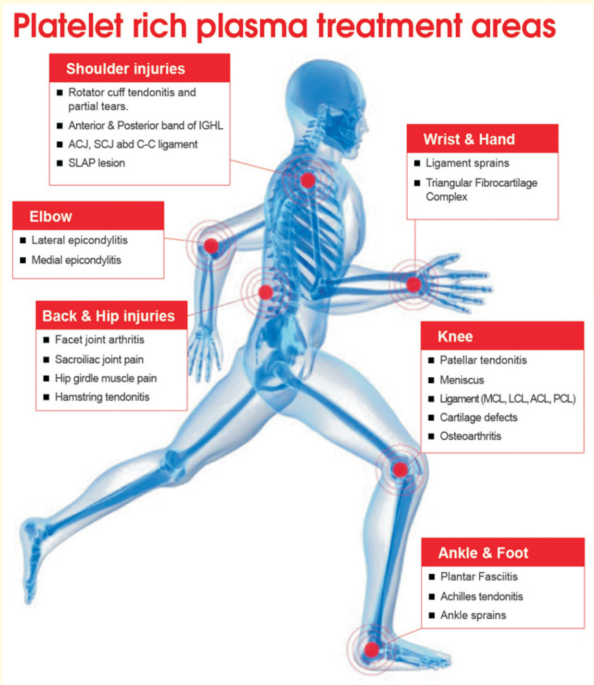
PRP में कितना समय लगता है ?

पूरी प्रक्रिया में 30 से 40 मिनट का समय ही लगता है। मरीज को अस्पताल में भर्ती की जरूरत भी नहीं होती। प्रक्रिया के पहले और बाद में मरीज अपनी दैनिक दिनचर्या सामान्य रूप से कर सकते हैं।

PRP की क्या अन्य तकनीकें भी हैं ?

PRP कई अलग–अलग तरीकों से बनाया जा सकता है, परन्तु सर्वश्रेष्ठ परिणामों के लिए अर्न्तराष्ट्रीय मान्यता प्राप्त तकनीक / किट द्वारा प्राप्त PRP का ही उपयोग करना चाहिए। इसमें प्लेटलेट्स की मात्रा सबसे अधिक होती है तथा पूरी प्रक्रिया Sterile होने के कारण इन्फेक्शन की सम्भावना नहीं होती।

PRP किन बिमारियों में कारगर है ?



PRP में कितना खर्च आता है ?

इस थैरेपी में होने वाला खर्च मरीज द्वारा सालों साल ली गई दवाइयों / अन्य इलाज / ऑपरेशन की तुलना में बहुत ही कम होता है।

PRP के साइड इफेक्ट क्या हैं ?

यह एक नेचुरल इंजेक्शन है। मरीज के ही रक्त का भाग वापस शरीर में डाला जाता है इसलिए इसका कोई साइड इफेक्ट नहीं है। मरीजों पर इसका प्रभाव अलग–अलग होता है। मरीज की उम्र, बीमारी की गम्भीरता, मरीज की अन्य बीमारियाँ एवं दवायें PRP के असर को प्रभावित कर सकती हैं।

PRP कितने दिनों में असर दिखाता है ?

PRP का असर 4–6 हफ्तों के बाद ही दिखना शुरू होता है। इसलिए मरीजों को तत्काल परिणाम की अपेक्षा नहीं करनी चाहिए। बेहतर परिणाम प्राप्त मरीजों में PRP का Booster Dose 4 से 6 हफ्तों के अन्तराल में लगाया जाता है।

Visco-Supplementation

जोड़ों के अन्दर कुदरती रूप से चिकनाहट प्रदान करने के लिए Synovial Fluid होता है जो कि Hyaluronic Acid से बना होता है। यह कार्टिलेज के पोषण एवं हीलिंग में भी मदद करता है। आर्टिफीशियल तरीके से बनाया गया Hyaluronate Gel इंजेक्शन द्वारा घुटने के अन्दर डाला जाता है। यह जोड़ की चिकनाहट / Lubrication बढ़ाने का कार्य करता है। शुरूआती गठिया में इस इंजेक्शन से स्थाई राहत मिल सकती है।

Steroid Injection

Steroids एक किस्म के हॉरमोन / केमिकल होते हैं जो कि शरीर में सामान्यरूप से भी पाये जाते हैं। दवा के रूप में इसका इस्तेमाल शरीर की विभिन्न बिमारियों को ठीक करने में किया जाता है। Steroid का इंजेक्शन जोड़ / टेंडन / लिगामेन्ट की तकलीफों में मरीजों में तुरन्त लाभ (24 घंटे के अन्दर) देने के लिए लगाया जाता है। यह बीमारी को खत्म नहीं करता बल्कि टेंपरेरी आराम देता है। इसके इस्तेमाल से जोड़ के अन्दर इन्फेक्शन की सम्भावना रहती है तथा शरीर पर Steroid के दूसरे दुष्प्रभाव भी हो सकते हैं।