(Post Stroke Pain)

लकवे के बाद का दर्द बहुत परेशान करता है। 100 में से 10 प्रतिशत रोगियों को यह दर्द होता है। यह दर्द काफी तीव्र भी हो सकता है। यह दर्द लकवे के होने के 1 से 2 माह बाद शुरु होता है। कभी कभी यह 1 साल बाद भी शुरु हो सकता हैं यह दर्द लकवाग्रस्त साइड़ में चेहरे, हाथ तथा पॉव में होता है। लकवे के बाद के दर्द से रोगी के जीवन की गुणवत्ता कम हो जाती है। मन उदास रहने लगता है, नींद कम हो जाती है, सामाजिक गतिविधियॉ कम हो जाती हैं, दर्द पुनर्वास में बाधा ड़ालता है।

जो दवाइयॉ देते हैं उनका असर धीरे–धीरे आता है 2–3 महीने में दवाइयों की मात्रा धीरे–धीरे बढ़ाई जाती है। एक के बाद एक दवाइयॉ बदलकर भी देखा जाता है। 50% रोगियों का दर्द ठीक हो जाता है। (20% रोगियों का दर्द बिलकुल ठीक हो जाता है तथा 30% रोगियों का दर्द कम हो जाता है) 50% रोगियों का दर्द पूरी तरह ठीक नहीं होता है। मरीजों को दवाइयों से पूरा आराम नहीं आता है तथा दर्द बने रहने के कारण रोगी का मनोबल कमजोर हो जाता है।

यह दर्द क्यों होता है ?

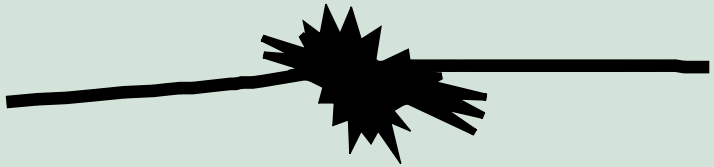
जैसे जैसे क्लोट घुलने लगता है वैसे वैसे वहॉ की नसें सक्रिय हो लगती है तथा आपस में जुड़ कर उनमें शार्ट सर्किटिंगं (Short-circuiting) होने लगती है।

इस दर्द के अन्य कारण निम्नलिखित हैं –

1 नसों में करेंट की मात्रा का अत्यधिक बढ़ जाना। (Increase activity in the nerves)

2 नसों का अनियंत्रित ढंग से कार्य करना। (Lack of inhibition of brain organs)

3 लकवाग्रस्त हाथ–पॉव की नसों द्वारा मस्तिष्क का सही ढंग से संदेश प्राप्त न होना। (Impaired transmission of impulses in the brain)



शार्ट सर्किटिंगं (Short-Circuiting)

यह दर्द कई प्रकार का होता है जैसे –

1. जलन होना (Burning)
2. करेंट जैसा दर्द (Current Like)
3. हाथ व पॉव में कोई भी चीज लगने से दर्द होना (Pain)
4. हल्के से पिन चुभने का दर्द भी अधिक लगना (Pricking Pain)
5. मॉसपेशियों में जकड़न जैसा दर्द होना (Muscles Spasms)
6. हाथ – पॉव में अत्यंत तीव्र झुनझुनी अथवा सुई चुभने जैसा लगना (Pin and needle sensation)
7. पेट फूला हुआ सा लगना या पेशाब में जलन होना (Distension of abdomen, burning in Micturation)
8. ठंड़े पानी के स्पर्स से भी दर्द होना
9. कूलर की हवा बुरी लगना

लकवाग्रस्त हाथ, पैर में मॉसपेशियों की जकड़न भी होती है। जकड़न से भी दर्द होता है। अतः जकड़न का भी उपचार आवश्यक है।

अन्य दर्द जो कि लकवे के दर्द के जैसे लग सकते हैं

(Pain which may complicate post stroke pain)

1. मॉसपेशियों और जोड़ों का दर्द (Musculoskeletal Joints Pain) इस उम्र में सबसे आम समस्या है क्योंकि लकवे का दर्द और मॉसपेशियों के दर्द में अंतर करना आवश्यक है क्योंकि उपचार अलग अलग है।
2. कंधे का दर्द (Shoulder Pain)
3. मॉसपेशियों की जकड़न का सिरदर्द (Chronic Muscle Contraction headache)
4. मॉसपेशियों में कर्रापन (Spasticity Induced Pain)

उपचार (Treatment) -70% रोगियों का दर्द पूरा ठीक नहीं होता है। अत्यधिक दवाइयों का उपयोग करने से दुष्प्रभाव बढ जायेंगे जो कि गंभीर भी हो सकते हैं। दवाइयों के दुष्प्रभाव को ध्यान में रखते हुये उपचार किया जाता है। उपचार का उद्वेश्शय दर्द कम करना है जड़ से निकालना नहीं जोकि लगभग असम्भव के समान है।

लकवे के बाद के दर्द में तीन प्रकार से उपचार किया जाता है –

1. **दवाइयों से उपचार 2. व्यवहारिक उपचार 3. व्यायाम**

1. **दवाइयों से उपचार –** लकवे के बाद के दर्द को कम करने की दवायें निम्न प्रकार की हैं तथा इन दवाइयों से नींद एवं चक्कर आ सकते है इसलिये दवाइयों की मात्रा धीरे धीरे बढाई जाती है। यह दवायें नींद अथवा नशे की दवायें नहीं हैं। दवाइयों का उपयोग 3 से 6 महीने किया जाता है –

I. लेमोटेरेजीन (Lamotrigine) { लेमीटोर Lamitor} – आमतौर पर इसका ड़ोज 100mg BD (सुबह – शाम) होता है। इस दवा को धीरे धीरे 2 – 3 माह में बड़ाया जाता है।

II.+ प्रीगावालिन (Pregabalin) & इस दवा को नीचे दिये अनुसार धीरे धीरे बड़ाते हैं–

Pregabalin 75 mg

X----------X----------75 mg 7 days
X ----------X----------150 mg 7 days
75mg ----------X----------150 mg 7 days
150mg----------X----------150 mg X 3 MonthS

(**X** का अर्थ है दवा नहीं लेना है)

(Cap. Maxgalin /Cap Neugalin / Tab. Neurokem/Peg SR / Prynerve OD/Prelogic 75mg)

दवा के दुष्प्रभाव – चलने में असंतुलन (Unsteadiness while walking), सुस्ती (Lassitude), 10 प्रतिशत रोगियों को अत्यधिक नींद तथा चक्कर आना (Sleepiness dizziness), सूजन आना (Swelling), 1 से 10% रोगियों का देखने में परेशानी (Blurred vision), कंपन (Tremors), कब्ज (Constipation) आदि।
उपरोक्त दोनों ही दवाओं से नींद एवं चक्कर आ सकते हैं।
लकवाग्रस्त हाथ, पैर में मॉसपेशियों की जकड़न भी होती है। जकड़न से भी दर्द होता है। अतः जकड़न का भी उपचार आवश्यक है।

III.+ **ड़िप्रेशन/तनाव का उपचार** – लकवे के बाद 50 से 60 प्रतिशत रोगियों को यह समस्यायें रहती हैं इनका उपचार करने से भी दर्द में आराम आता है।

IV.+ **मॉसपेशियों के कर्रेपन का उपचार**
(Management of Spasticity)

3. व्यायाम (Physiotherapy) :–

1. हाथ पैरों की मॉसपेशियों को पूरी सीमा तक हिलाना। (Passive Range of Motion)
2. सही ढंग से बैठना, लेटना, करवट लेना (Correct Positioning),
3. कर्रापन कम करना (Spasticity Management),
4. अन्य कारण जिनसे दर्द बढ जाता है–यूरिन में इंफैक्शन (Urinary Infection), स्किन में छाले (Bed Sore) और अत्यधिक भावनात्मक (Emotionalism) होना आदि।

2. व्यवहारिक उपचार

लकवे के बाद के दर्द के रोगी को उदासीनता और तनाव बढ जाता है। लगातार दर्द बने रहने से रोगी का जीवन उसे अत्यधिक दुखदाई और भारी महसूस होने लगता है। व्यवहारिक उपचार ऐसे रोगियों को बहुत फायदा करता है।

1. ड़िप्रेशन का उपचार ()
2. रिलेक्सेशन ट्रेनिंग ()
3. मेंटल इमेजरी ()
4. नकारात्मक विचारों को रोकना ()
5. सकारात्मक विचारों को बढाना ()
6. दर्द बढाने वाले व्यवहार को कम करना तथा दर्द कम करने वाले व्यवहार को बढाना आदि आदि।

10 – 55 प्रतिशत रोगियों को लकवे के बाद का दर्द शुरू हो सकता है पर पुराना मॉसपेशियों और हड्डियों का दर्द ज्यादा समस्यायें करता है। इस दर्द में कंधे का दर्द सबसे प्रमुख समस्या है। रोगी को एक से ज्यादा प्रकार के रोग भी हो सकते हैं। 10 प्रतिशत रोगियों का दर्द केवल लकवे के कारण ही होता है।