



# डिस्टोनिया (Dystonia): रोगियों के लिए आवश्यक तथ्य

## यह क्या है?

डिस्टोनिया के मरीजों को अनैच्छिक मांसपेशियों की ऐंठन या संकुचन का अनुभव होता है। जिससे मूवमेंट में झटके या मरोड़े और शरीर की स्थिति अस्वाभाविक होने लगती है। डिस्टोनिया शरीर के लगभग किसी भी हिस्से को प्रभावित कर सकता है। आमतौर पर, केवल एक क्षेत्र प्रभावित होता है। ये कुछ डिस्टोनिया अक्सर पाए जाते हैं:

- गर्दन के मांसपेशियों में संकुचन के परिणाम स्वरूप अस्वाभाविक रूप से गर्दन को मोड़ना, झुकाना या मरोड़ना जो कि अक्सर मूवमेंट में झटके या कंपन से भी जुड़े होते हैं। इस स्थिति को सर्वाइकल (cervical) डिस्टोनिया, या टॉर्टिकलीस (torticollis) के रूप में जाना जाता है।
- चेहरे की मांसपेशियों के संकुचन से अत्यधिक पलकों का झपकना या आंख की ऐंठन होती है, जिसे बलेफेरोस्पाज्म (Blepharospasm) के रूप में जाना जाता है। यह चेहरे के नचिले भाग में ऐंठन के साथ भी हो सकता है जिसे मेइज सिंड्रोम (Meige Syndrome) के रूप में जाना जाता है। जब जबड़ा और / या जीभ प्रभावित होते हैं, तो इसे ओरोमैडिबुलर डिस्टोनिया (oromandibular dystonia) कहते हैं।
- स्पस्मोडिक डिस्फोनिया (Spasmodic dysphonia) में, रोगी तनावपूर्ण या सांस लेने वाली आवाज का अनुभव करते हैं।
- अन्य आमतौर पर प्रभावित क्षेत्रों में हाथ या पैर शामिल होते हैं। जब हाथ शामिल होता है, तो यह अक्सर विशिष्ट गतिविधियों के साथ होता है, जैसे लेखन या संगीत वाद्य यंत्र बजाना। इन्हें टास्क-स्पेसिफिक डिस्टोनियास (task-specific dystonias) के नाम से जाना जाता है।
- कुछ मामलों में, शरीर के कई क्षेत्र प्रभावित होते हैं। दुरलभ मामलों में, आमतौर पर जब बचपन में डिस्टोनिया शुरू होता है, तो कई क्षेत्र प्रभावित होते हैं, जिन्हें सामान्यीकृत डिस्टोनिया (generalized dystonia) के रूप में जाना जाता है।

## इसका कारण क्या है?

डिस्टोनियास के लिए कई अलग-अलग कारण हैं। कुछ लोगों को डिस्टोनिया होता है क्योंकि उन्हें एक जीन वरिासत में मिला है जो इसका कारण बनता है। मस्तिष्क की चोट या संक्रमण जैसी जीवन घटना या किसी दवा या रसायन के संपर्क में आने से अन्य लोगों को डिस्टोनिया हो जाता है। कुछ लोगों को बहुत दोहरावदार गतिविधि जैसे कलिखने (लेखक की ऐंठन writer's cramp) या एक संगीत वाद्ययंत्र (संगीतकार की डिस्टोनिया musician's dystonia) बजाने के कई वर्षों के बाद डिस्टोनिया हो सकता है। हालांकि, डिस्टोनिया के अधिकांश मामलों का कोई स्पष्ट कारण नहीं है।

## डिस्टोनिया का नदिान कैसे किया जाता है?

एक डॉक्टर, जो अक्सर मूवमेंट डिसऑर्डर का विशेषज्ञ होता है, एक परीक्षा करके नदिान करता है। कुछ लोगों के लिए, रक्त परीक्षण या मस्तिष्क स्कैन की सलाह दी जाती है। डॉक्टर ये जानकारी प्राप्त करते हैं:

- किस उम्र में डिस्टोनिया प्रारंभ हुआ।
- शरीर का कौन सा क्षेत्र प्रभावित हुआ।
- क्या डिस्टोनिया का प्रारंभ अचानक ही हुआ था या शारीरिक हालात पहले से ज्यादा खराब हो गए हैं।
- क्या कोई अन्य संबंधित नैदानिक समस्याएं हैं।

हालांकि, आपके डॉक्टर के लिए इसका सटीक कारण पता लगाना संभव नहीं है और कई मरीज शुरू में बनिा जांच या गलत इलाज के चलते हैं। इसके अलावा भी डिस्टोनिया के मामूली लक्षणवाले मरीज विशेषज्ञ डॉक्टर के परामर्श नहीं लेने के कारण उनका नदिान नहीं होता।

## IS THERE A TREATMENT?

डिस्टोनिया के लिए उपचार हो सकता है। यदि आपके डॉक्टर को कोई कारण पता चलता है, तो वह उस कारण के लिए विशिष्ट उपचार की सलाह देते हैं। अन्यथा, ऐसी दवाएं हैं जो कम से कम कुछ राहत प्रदान कर सकती हैं। सबसे अधिक इस्तेमाल की जाने वाली दवाओं में शामिल हैं:

- एंटी-कोलिनर्जिक्स (Anti-cholinergics)
- बेंजोडाइजेपिनिस (Benzodiazepines)
- बैक्लोफेन (Baclofen)
- मांसपेशियों को आराम देने वाली दवाई (muscle relaxants)

संभावित दुष्प्रभावों के खिलाफ लाभ को संतुलित करते हुए, दवाएँ अक्सर परीक्षण और त्रुटि के आधार (trial-and-error-method) पर दी जानी चाहिए। डिस्टोनिया वाले अन्य लोगों को बोटुलिनम विषि इंजेक्शन से लाभ हो सकता है। ये इंजेक्शन चिकित्सा विशेषज्ञों द्वारा प्रदान किए जाने चाहिए। बोटुलिनम विषि (Botulinum toxin) इंजेक्शन अस्थायी रूप से संकुचन / ऐंठन को राहत देने के लिए मांसपेशियों को कमजोर करता है और आमतौर पर प्रत्येक वर्ष तीन से चार बार इंजेक्शन लगाने की आवश्यकता होती है। जब दवाओं और विषि इंजेक्शन पर्याप्त राहत नहीं देते हैं, तो सर्जिकल उपचार का विकल्प हो सकता है। आपको विकल्पों के बारे में अपने डॉक्टर से बात करनी चाहिए।

## डिस्टोनिया के साथ जीने के लिए हमारी अपेक्षाएं क्या हैं?

अधिकतर लोगों में कई महीनों या कभी कभी कुछ वर्षों में डिस्टोनिया विकसित होता है। सामान्यतया यह और भी खराब होने तक जारी नहीं रहता है। कुछ लोगों में, डिस्टोनिया एक शरीर के क्षेत्र से दूसरे तक फैल सकता है, या अन्य समस्याएं विकसित हो सकती हैं।