

පර්යන්ත ස්නායු රෝග යනු කුමක්ද?

පර්යන්ත ස්නායු පද්ධතිය යනු අත් පා ඇතුළු ශරීරයේ පර්යන්ත අවයව වල ක්‍රියාකාරිත්වයට අවශ්‍ය ස්නායු සැපයුම ලබා දෙන, ස්නායු පද්ධතියට අයත් කොටසයි. මෙම කොටසෙහි ඇති වන රෝගාබාධ හේතුවෙන් අත්පාදයන්හි සංවේදන සහ චලන වල හා පර්යන්ත අවයවයන්හි ක්‍රියාකාරිත්වයේ ගැටළු ඇති විය හැක.

පර්යන්ත ස්නායු රෝග ඇති වීමට ප්‍රධාන හේතු -:

- දියවැඩියාව
- අධික මත්පැන් භාවිතය
- පෝෂණ උග්‍රතා
- කෘෂිකාර්මික සහ කර්මාන්ත ශාලා වල භාවිතා කරන විෂ රසායනික ද්‍රව්‍ය
- නිදන්ගත වකුගඩු රෝග
- සමහර ඖෂධ නිසා සිදුවන අතුරු ආබාධ
- සමහර ආසාදන තත්ත්වයන් / ස්නායු ප්‍රදාහය
- පර්යන්ත ස්නායු වලට බාහිරයෙන් සිදුවන හානි
- පිළිකා රෝග වල සංකූලතා
- ඇතැම් ජානගත රෝග

පර්යන්ත ස්නායු රෝග වල බහුලව දැකිය හැකි ලක්ෂණ

- අත් පා හිරි වැටීම
- දැවිල්ල, කටු ඇතීම වැනි වේදනාවන්
- අත් සහ පාදවල ක්‍රියාකාරිත්වය දුර්වල වීම
- ඇවිදීමේ සහ සමබරතාවයේ ගැටළු
- ඇතැම් විට මුත්‍රාශයේ සහ බඩවැල් ක්‍රියාකාරිත්වය සම්බන්ධ ගැටළු
- ලිංගික බෙලහිනතාවය

එය හඳුනා ගන්නේ කෙසේද?

මෙවැනි රෝග ලක්ෂණ ඇති විට ඔබට ආසන්න රෝහලේ කායික / ස්නායු වෛද්‍යවරයා වෙත ගොස් මෙය සම්බන්ධයෙන් කතා කිරීම වැදගත්ය. එවිට එම වෛද්‍යවරයා ඔබව පරීක්ෂා කර, කල යුතු පරීක්ෂණ සිදු කරනු ලබයි.

රුධිර පරීක්ෂණ වලට අමතරව, මෙහිදී වැදගත්ම පරීක්ෂණය වනුයේ පර්යන්ත ස්නායු වල ආවේග/පණිවිඩ රැගෙන යාමේ ක්‍රියාවලිය පරීක්ෂා කරනු ලබන ස්නායු සන්නායක පරීක්ෂණයයි (nerve conduction studies).

මෙම පරීක්ෂණයෙන් පර්යන්ත ස්නායු වල ගැටළුවක් තිබෙනවාද නැද්ද සහ තිබෙනවානම් එය කුමන කොටසෙහිද යන බව පැහැදිලිව දැන ගත හැක. ඉන් පසු එයට හේතු විය හැකි ඉහත සඳහන් කාරණා පිළිබඳව තව දුරටත් පරීක්ෂණ කරනු ලැබේ.

ප්‍රතිකාර/ ඖෂධ

පර්යන්ත ස්නායු රෝග තත්ත්වයන්ට අදාළ හේතු කාරක සඳහා ප්‍රතිකාර

- මෙම රෝග තත්ත්වයන්ට අදාළ හේතු කාරක හඳුනා ගැනීම ඉතා වැදගත් වනු ඇත. ඒ සඳහා අවශ්‍ය පරීක්ෂණ ඔබේ වෛද්‍යවරයා විසින් නියම කරනු ලැබේ.
- රෝග හේතු කාරක අනුව ඔබේ වෛද්‍යවරයා පහත සඳහන් පියවර සහ ප්‍රතිකාර නිර්දේශ කළ හැක.
 - දියවැඩියාව ඇත්නම් රුධිර සීනි මට්ටම හොඳින් පාලනය කිරීම
 - මත්පැන් පානයෙන් වැළකීම
 - පෝෂණ උපදෙස් නිවැරදි කිරීම
 - පර්යන්ත ස්නායු වලට හානිකර ඖෂධ නැවැත්වීම
 - ආසාදන හෝ ස්නායු ප්‍රදාහ තත්ත්වයන් සඳහා අවශ්‍ය සුවිශේෂ ප්‍රතිකාර

පර්යන්ත ස්නායු රෝග ලක්ෂණ සඳහා ප්‍රතිකාර

- පර්යන්ත ස්නායු රෝග නිසා ඇති වන වේදනාව සඳහා ඔබේ වෛද්‍යවරයා නිශ්චිත ඖෂධ නියම කළ හැක.
- මේ සඳහා භාවිතා වන සමහර ඖෂධ මානසික රෝග තත්ත්වයන් සඳහා ද භාවිතා කරනු ලැබේ. නමුත් ඔබට එම ඖෂධ නිර්දේශ කර ඇත්නම් ඒවා ගන්නේ මානසික රෝග තත්ත්වයක් නිසා නොවන බව තේරුම් ගැනීම වැදගත්ය.
- මෙම ඖෂධ ගැනීමේදී ඔබේ වෛද්‍යවරයා විසින් ලබා දෙන උපදෙස් ප්‍රවේශමෙන් අනුගමනය කිරීම වැදගත් වේ.
- මෙම ඖෂධ නිසා සමහර විට නිදිමත වැනි අතුරු ආබාධ ඇති විය හැක. එවැනි අතුරු ආබාධයක් ඇති වූ විට වෛද්‍යවරයා දැනුවත් කරන්න.

අත්පා ආරක්ෂා කර ගැනීම සහ සංකූලතා වළක්වා ගැනීම

- පර්යන්ත ස්නායු රෝග හේතුවෙන් අත් සහ පාදවල සංවේදන අඩු වන නිසා, අත් පා ආශ්‍රිතව සිදුවන තුවාල වළක්වා ගැනීම අතිශයින් වැදගත් වේ.
- නිතිපතා අත් පා පරීක්ෂා කිරීම මගින් ඒවායේ තිබෙන කැපුම්, තුවාල, බිබිලි හෝ වෙනත් හානි කලින් හඳුනා ගත හැක.
- එවැනි තුවාල හෝ අනතුරු හඳුනා ගත් විගස, ආසාදන හෝ වඩාත් බරපතල ගැටළු වළක්වා ගැනීම සඳහා, ඉක්මනින් වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම අතිශයින්ම වැදගත් වේ.
- අමතර ප්‍රතිකාර -:
 - හෞතවිකිත්සාව - ඔබගේ මාංශ පේශී ශක්තිමත් කිරීමට සහ සමබරතාවය වැඩි දියුණු කිරීමට
 - වෘත්තීය විකිත්සාව - විශේෂ පාචන, ඇවිදීමේ ආධාරක ආදිය සඳහා උපදෙස් ලබා ගැනීමට