https://printo.it/pediatric-rheumatology/BD/intro

লিম্ব পেইন সিনড্রোম

বিবরণ 2016

বিনাইন হাইপারমোবিলিটি সিনড্রোম ।

এটা কি?

হাইপারমোবিলিটি নমনীয় বা অসংযত বলে । অস্থিসন্ধিকে একে জয়েন্ট ল্যাক্সিটি ও বলা হয়। এটি সহযোগী কোন কানেকটিভ টিস্যু ডিজিজ নয়, বরং অধিক মাত্রার নমনীয়তার কারনে প্রত্যঙ্গের ব্যথাকে বিনাইন হাইপামোবিলিটি সিনড্রোম বলে। কাজেই বিএইচ এস কোন রোগ নয়, বরং স্বাভাবিক অবস্থা হতে বিচ্যুতি।

প্রকোপ কেমন ?

শিশু কিশোরদের খুবই কমন রোগ এই বিএইচএস। ১০ বছর বয়সের নীচে, ১০-৩০% শিশু এ রোগে আক্রান্ত হয় বিশেষ করে মেয়েরা। বয়স বাড়ার সাথে এর প্রকোপ কমে যা। এ রোগ সাধারনত পারিবারিকভাবে বাহিত হয়।

প্রধান লক্ষণসমূহ কি?

অতিরিক্ত সচলতার কারনে মাঝে মাঝে দিনের শেষভাগে বা রাতে পায়ের পাতা এবং হাঁটুতে তীব্র ব্যথা অনুভূহ হয়। যেসব বাচ্চারা পিয়ানো, ভায়োলিন ইত্যাদি বাজায়, তাদের আঙ্গুলও আক্রান্ত হতে পারে। শারীরিক কসরত ও ব্যায়াম ব্যথা বাড়িয়ে দেয়। কখনো সামান্য গিরা ফোলা দেখা যায়।

কিভাবে নির্নয় করা যায় ?

পূর্ব নির্ধারিত কিছু বৈশিষ্ট্যাবলী যা অস্থিসন্ধির অতিরিক্ত সচলতার মাত্রা নির্ণয় করে এবং অন্যান্য কানেকটিভ টিস্যু ডিজিজের অনুপস্থিতি নিশ্চিত করে তার দ্বারা এই রোগ নির্ণয় করা যায়।

কিভাবে চিকিৎসা করা যায় ?

খুব কম সময়েই চিকিৎসার প্রয়োজন হয়। যদি আক্রান্ত শিশু প্রতিনিয়ত কিছু কিছু খেলা যেমন ফুটবল, জিমন্যাস্টিক খেলে, অথবা বারে বারে গিরা মচকায়,তাহলে মাংসপেশীর দৈর্ঘ্যবর্ধক ও অস্থিসন্ধির রক্ষণাবেক্ষন পদ্ধতি (ইলাসটিক অথবা ফাংশনাল ব্যান্ডের, স্লীভ) ব্যবহার করা যেতে পারে।

দনৈন্দনি জীবনযাপনরে উপর প্রভাব কি?
এটি একটি নরি্দোষ অবস্থা যা বয়সরে সাথে ঠকি হয়ে যায়। কাজইে পরবিারকে অবগত করতে হবে য,ে শশিুর স্বাভাবকি জীবনযাত্রা ব্যহত করাই প্রধান কারন।
আক্রান্ত শশিুদরেকে স্বাভাবকি কাজকর্ম ও যসেকল খলোধুলা পছন্দ তাতে উৎসাহ প্রদান করতে হব।ে