डॉ. अजित वर्मा
(न्यूरोफिजिशियन)

परिचय

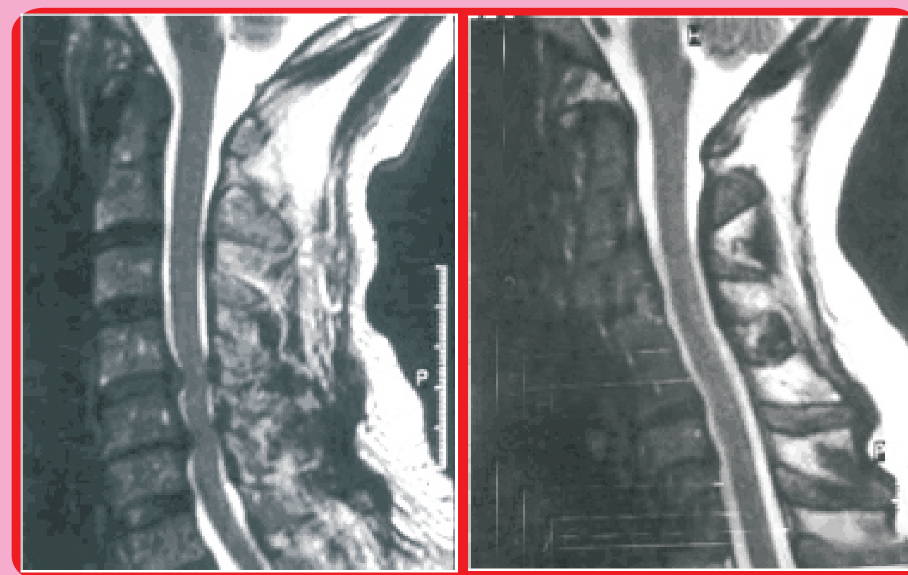
डॉ. अजित वर्मा ने नेशनल इन्सटीट्यूट ऑफ मेंटल हैल्थ एंड़ न्यूरोसाईन्सेस बैंगलौर (NIMHANS Bangalore) से न्यूरोलॉजी में डी. एम. किया है। इसके बाद डॉ. वर्मा ने इन्सटीट्यूट ऑफ न्यूरोलाजी लंदन यूनीवर्सिटी इंग्लैंड (Institute of Neurology, England) से सिरदर्द, मिर्गी, चक्कर तथा लकवे की गहन चिकित्सा में प्रशिक्षण प्राप्त किया है। वर्ष 1999 में डॉ. वर्मा लुड़विक मैक्सीमिलियन यूनिवर्सिटी जर्मनी (Ludwig Maximilian's University, Germany) से चक्करों के उपचार में गहन प्रशिक्षण लेकर आये हैं। न्यूकासिल यूनिवर्सिटी इंग्लैंड (Newcastle University England) से लकवे का उपचार तथा पुर्नवास का प्रशिक्षण वर्ष 2002 में प्राप्त किया है। डॉ. अजित वर्मा ने अमेरिका, कनाडा, हॉलेंड, साऊथ अफ्रिका तथा अन्य अफ्रीकन देशों (USA, Canada, other African conuntries) में भावातीत ध्यान, वेद और ब्रेन के विकास के व्याख्यान दिये हैं। डॉ. वर्मा ने बच्चों में लकवा, लकवे के बाद उदासीनता, माईग्रेन और चक्कर, सिर को विशेष पद्धति से घुमाकर चक्कर ठीक करने की प्रणाली, चक्कर तथा लकवे का संबंध, लकवा ग्रस्त हाथ का पुर्नवास तथा रोज का सिरदर्द आदि पर राष्ट्रीय तथा अंतर्राष्ट्रीय (National & International research) स्तर पर कार्य किया है। डॉ. वर्मा अखिल भारतीय अनुसंधान केन्द्र न्यू देहली (AIIMS New Delhi) तथा निमंहॉन्स बैंगलौर (NIMHANS Bangalore) में चक्कर विषय पर आमंत्रित व्याख्याता रहे हैं। इस समय डॉ. वर्मा दिमाग की क्षमता का संपूर्ण उपयोग कैसे किया जाये, नकारात्मक विचारों को कैसे रोका जाये, तनाव कैसे कम किया जाये तथा मानसिक स्थिति को कैसे संतुलन में रखा जाये आदि के अध्ययन, तथा अनुसंधान में कार्यरत हैं।

मूल्य : 75/-

द्वितीय संस्करण

सर्वाइकल स्पोंड़िलोसिस

गर्दन, हाथ एवं उंगलियों में नसों का दर्द



डॉ. अजित वर्मा
न्यूरोफिजिशियन

xnu] gkFk ,o gFkfy;k e
nn] >u>uh ,o
lUuiu
¼Lkokbdy LikfMykfll½

xnu] gkFk rFkk mxfy;k e nn] >u>uh] lUuiu ,d vke vkj tfVy leL;k gA ;g leL;k xnu] efLr"d rFkk d/k dh chekfj;k l lcf/kr gk ldrh gA ;g leL;k ljy tl fd ekl if'k;k dh tdMu rFkk xHkhj tl fd dlj d jkx l Hkh gk ldrh gA jkx dh lgh tkudkjh d fy; rhu rF; cgr egRoi.k g &

1- jkxh }kjk nh xb nn dh foLrr tkudkjhA

2- fpfdRld }kjk Luk; ifj{k.kA

3- xnu dh tkp & ,e-vkj-vkb- vkj ,Dl&j vkfnA

;g rhuk rF; cjkcj dh egRoi.krk j[kr gA db ckj fpfdRld igy nkuk rF;k dk vun[kk dj nr g vkj lh/k mNydj tkpk ij igp tkr gA 99% xyr mipkj dk dkj.k ;g tYnckth gA

Luk; jkxk d nn dk nk Hkkxk e ckVk tk ldrk g&

1 **ftle T;knk nn xnu d vkl&ikl gkrk gA**

xnu d ikl nn d ie[k dkj.k bl idkj g &

1- ekl if'k;k e tdMu (Muscle Spasms)

2- xnu e pkV (Whiplash Injury)

3- Lkokbdy LikfMykfll (Cervical Spondylosis),

4- fMLd ikyll (Disc Prolapse),

5. dlj (Cancer)

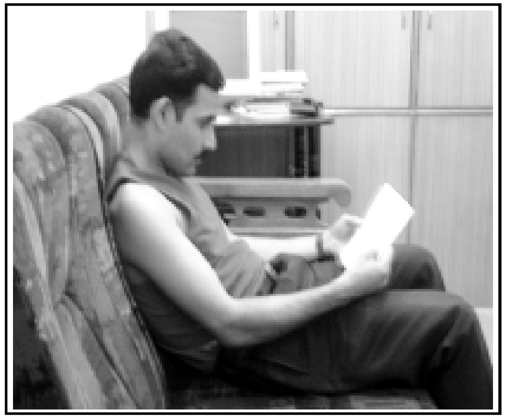
6- Vh-ch- (T.B.)

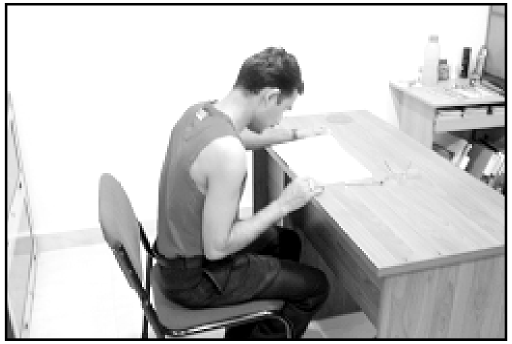
7- ekufld ruko (Stress)

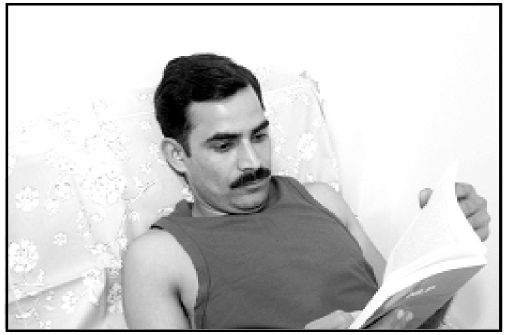
8- vU; dkj.k tl&Qkbokek;fYt;k] (Other Cause-Fibromyalgia)

9- gkFk d n:i;kx dk nn&gkFk dk ?kjy ;k 0;olkf;d dk;k e vR;kf/kd mi;kx l Hkh gkFk e nn gk ldrk gA ftle fd lHkh tkp lkekU; vk;xhA gkFk dh dk; dju dh {kerk dk n:i;kx fnu ifrfnu c<rk tk jgk gA vR;f/kd ?kjy dke tl jkVh cyuk] >kM yxkuk] cjru ektuk] diM fupkMuk] Hkkjh lkeku mBkuk vkfnA blh idkj 0;olkf;d dkek tl&Vk;fix] vR;f/kd fy[ku dk dke] QDVh e ifdx vkfn d dkek l Hkh ul [kjkc gkrh gA db jkfx;k dk ,d lkbM dk gkFk vkj ij ikÑfrd :Ik l detkj jgrk gA ,l jkfx;k dk l; ueLdkj rFkk gYdk otu mBku d 0;k;ke l vkjke vk ldrk gA

yVdj lkQ ij cBdj rFkk Vfcy ij xyr <x l i<ukA







1- xnu dh ekalif'k;k (fyxkeV ;k VMl) dk nn (Muscle Sprain / strain) - xnu e nn dk lcl vke dkj.k fyxkeV ;k VMl e f[kpko (ekalif'k;k e tdMu) gA gekjh fnup;k e xnu ij cgr tkj iMrk gA fuEufyf[kr lHkh dkj.k gekj thou e ?kyfey x; g ,lh ifjfLFkfr e ;g jkx gkuk LokHkkfod gA

1- xyr <x l lkuk@cBukA
2- yc le; rd Vfcy vkj dEl;Vj ij flj >dkdj dke djukA
3- yV&yV Vh-0gh- (T.V.) n[kuk] xnu dk yc le; rd ekMdj j[kukA

95 ifr'kr xnu d nn dk dkj.k ekalif'k;k e tdMu gkrk gA lokbdy LikfMykfll (Cervical Spondylosis) ughA

mipkj (Treatment) &

1- lgh <x l cBuk (Correct Way of Sitting) & ftruh nj cB xnu dk lh/kk d/k d Åij j[kA flj vkj xnu rHkh lgh jgxh tc vki dej dk lgh <x l j[kxA
2- xnu dk lgh <x l j[kuk (Proper Neck posture)
3- xnu d fu;fer 0;k;ke (Regular Neck Exercise) - xnu dk 0;k;ke gh bldk e[; mipkj gA gj nk ?kV e xnu dk 0;k;ke djuk pkfg;A
4- xnu dh fldkb (Diatherapy, Ultrasound, Infra red)A

xnu d 0;k;ke dh lh-Mh- miyC/k gA

2- fIj ;k xnu e >Vdk (Whiplash Injury) & xnu e >Vdk vkuk IMd n?kVuk e cgr vke IeL;k gA ijr jkxh vkj fpfdRId n?kVuk d ckn vU; xHkhj IeL;kvk ij T;knk /;ku nr g tI fd cu] Ihu rFkk iV dh pkV vkj dN eghuk ckn tc xnu dk nn Bhd ugh gkrk g rk fQj ogk /;ku tkrk gA bI pkV e xnu dh gÏh VV Idrh g] ekIif'k;k vkj VMU I f[kp tkr g rFkk fMLd ikyII Hkh gk tkrk gA bu tfVyrkvk d dkj.k uI Hkh nc Idrh gA

3- Lkokbdy LikfMykfII (Cervical Spondylosis) – c<rh me (50 o"k I T;knk) e xnu e fuEufyf[kr ifjoru n[k tkr g bu IHkh idkj d cnyko dk Iokbdy LikfMykfII uke fn;k x;k gA

1- xnu d xfj;k dk f?kI tkuk

2- NkVh&NkVh gfï;k vkLVh;kQkbV (Osteophytes) dk cuuk

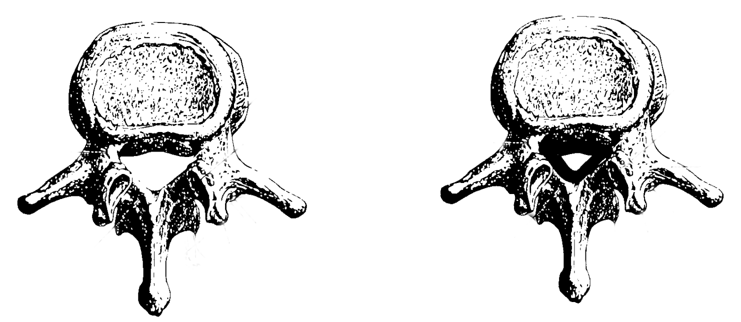
3- fMLd ikyII gk tkuk nk xfj;k d chp e uje tyh tLkh ,d I-eh-(1cm) ekVh okʼkjuek (Washer) fMLd gkrh g tk c<rh me e xfj;k d chp I ckgj fudy vkrh gA bI fMLd ikyII dgr gA

4- xfj;k d tkM ftUg QfIV TokbV (Facet Joint) dgr g] mue Itu vkj djkiu (Hypertrophy) vk tkrk gA

5- xnu d xfj;k d fyxkeVI dM vkj ekV gk tkr gA (Hypertrpophy of ligaments),

6- ,d cVh o dk nIj d Åij f[kId tkuk (Subluxation of vertebra)

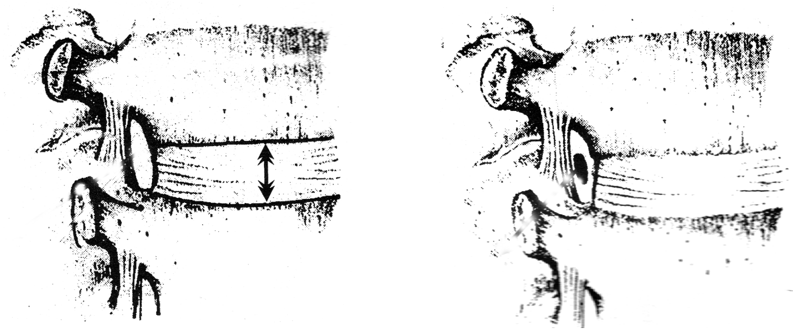
1A 1B

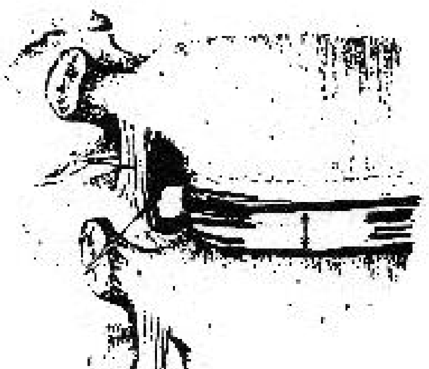


IkekU; duky (Normal Canal)

fIdMh gb duky (Cervical Canal Stenosis)

2A 2B





2C

2A. nk xfj;k d chp dh lkekU; fMLd vkj NnA

2B. nk xfj;k d chp fudyrh gb ulA

2C. fp=kuqlkj nk xfj;k d chp dh njh de gk tkrh g rFkk tk ul bud chp l fudyrh g og ncu yxrh gA

50 o"k dh me d ckn 70 l 90 ifr'kr 0;fDr;k d xnu d ,Dl&j e me dk cnyko (Spondylosis is age related degeneration of the Spine) ;k LikfMykfll fn[k ldrk gA

;g lHkh cnyko 95 ifr'kr jkfx;k e dkb y{k.k ugh djr gA flQ 5 ifr'kr jkfx;k e ;g cnyko y{k.k djr gA ;g y{k.k rc gh gkr g tc fd jkxh dh ul ;k Likbuy dkM nc jgh gkA **xnu d ,Dl&j e gïh c<h gb fn[ku dk vFk ;g ugh g fd xnu dk nn LikfMykfll l gk jgk gA** gïh dk c<uk vkj ul k dk ncuk nkuk vyx vyx leL;k; gA gj xnu d nn e lokbdy LikfMykfll dk vkjki yxk fn;k tkuk ccfu;kn gA

,d fpfdRld nn dk fo'y"k.k] Luk; ul dk ifj{k.k rFkk ,e-vkj-vkb- e [kjkch dk vkil e rkyey djd gh lgh fu"d"k ij igprk gA xnu d nn dk lcl vke dkj.k ekalif'k;k e tdMu gA vkerkj ij xnu d nn dk mNydj LikfMykfll dk nn dg fn;k tkrk gA ge fo'y"k.k djd fu"d"k ij igpuk pkfg;] mNydj ughA

(We must reach a Conclusion
Not Jump to a Conclusion)

xnu] d/kk] gkFk rFkk mxfy;k e ul ncu d nn d e[; dkj.k g &

1· **fMLd ikyll (Disc Prolapse):** nk xfj;k d chp e uje] xkykdkj ,d lVhehVj ekVh fMLd (Disc) gkrh gA ;g fMLd xfj;k ij iMu oky nckc dk de djrh gA fMLd d f[kld tku dk fMLd ikyll dgr gA bldk e[; dkj.k c<rh me gA c<rh me l gekjh fMLd dk ckgj dk Hkkx (Annulus Fibrosus) dBkj gk tkrk g rFkk nokc iMu l vnj dk Hkkx (Nucleosus Pulposus) ckgj vk tkrk gA **vU; dkj.k &**,DlhMV ;k vpkud fxju l] xnu e >Vdk (Jerks) yxu lA

2· **lokbdy LikfMykfll** (Cervical Spondylosis) **&**

3· **vU; dkj.k &** dlj] (Cancer) Vh-ch-(T.B.) vkfnA

4· **gjih t** (Herpes)

5· **cfd;y U;jkbfVl** (Brachial Neuritis)

6· **Fkkjfld vkmVyV flUMke** (Thoracic Outlet Syndrome)

7· **QkbckekbfYt;k** (Fibromyalgia)

8· **fMi'ku** (Depression)

9· **lkeVkbt'ku** (Somatisation)

10· **tkMk dk nn** (Joints Pain)

11· **Mk;fcVht** (Diabetes),

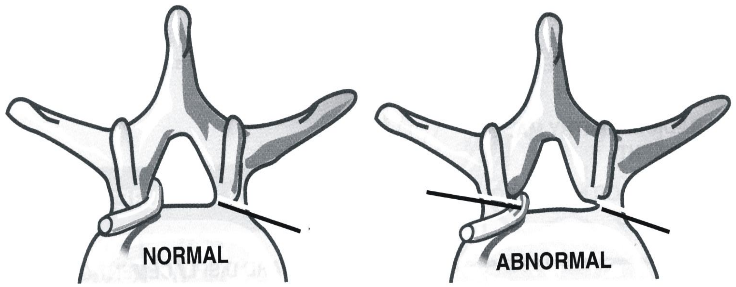
12· **gkbikFkkbjkfMTe** (Hypothyroidism)

13· **foVkfeu ch&12] ,o Mh&3** (Vitamin B_{12} Vitamin D_3) Deficiency) dh deh

ul ncu d y{k.k & xnu e nn] djkiu] xnu fgykus e nn rFkk xnu d eoeV de gks tkrs gA

jkxh dk nn] >u>uh] ped d lkFk nn] lUuiu] gYdk Hkkjhiu (Dull Pain) djV (Current) rFkk Tkyu tSlk Hkh gks ldrk gA dN jkfx;k dk vR;r rhoz nn d dkj.k uhn e Hkh ck/kk vkrh gA ;g nn xnu] d/k] gkFk] dkguh] dykbZ rFkk mxfy;k rd tk ldrk gA ;g nn xnu d fgykus] iheN y tku rFkk [kklu l c< tkrk gA ;g lHkh y{k.k de T;knk gks ldr gA gkFk dh ekalif'k;k iryh rFkk fui.krk Hkh de gks ldrh gA

LikbuydkM ncu d y{k.k & bu lHkh jkxk e Likbuy dkM Hkh nc ldrh g ftl dkj.k pyu e vlrqyu] ijk e >u>uh rFkk ;fju ij fu;=.k e deh Hkh gks ldrh gA



lkekU; duky fdukjk ij fldMh gbZ duky
(Lateral Recess Stenosis)

,e-vkj-vkb-(MRI)-

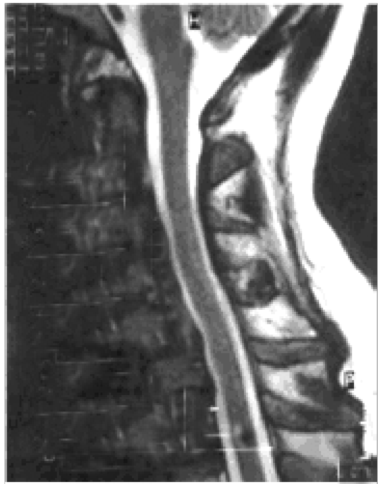
,e-vkj-vkb-(MRI) & Likbu dh lcl egRoi.k tkp g tks egxh t:j g yfdu cgr foLrr tkudkjh nrh g tl &

1- vU; xHkhj chekjh rks ugh g & Vh-ch-] dlj vkfnA
2- chekjh fdru xfj;k ij vlj dj jgh gA
3- chekjh xfj;k ij fdruk vlj dj jgh g\
4- Likbuy duky fdruh fldMh gbZ g\
5- Likbuy dkM nc jgh g] dkbZ ltu ;k v/k:uh [kjkch rks ugh g\
6- dku&lh ul nc jgh g rFkk fdruh nc jgh g\
7- vkij'ku dk Qly Hkh ,e-vkj-vkb- d vk/kkj ij gkrk gA

vU; tkp &

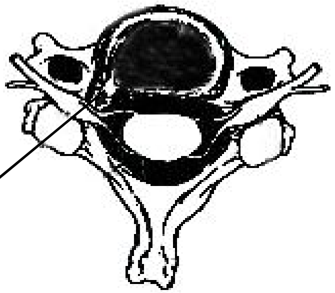
[ku dh tkp (Blood Test): Blood Sugar, TSH (RIA), foVkfeu ch&12 ,LVhe'ku (Vitamin B$_{12,}$ Estimation), foVkfeu Mh&3 ,LVhe'ku (Vitamin D$_3$ Estimation)

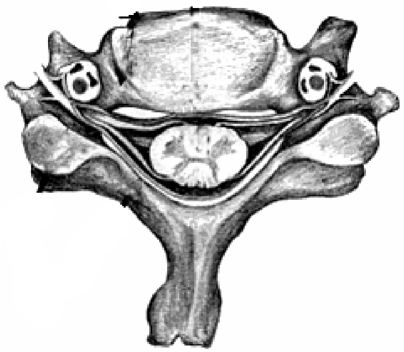
mipkj & **1- xnu e dkyj dk mi;kx**
2- nokb;k l mipkj
3- vkij'ku



xnu dh ukey ,e-vkj-vkb-

xnu dh ,cukey ,e-vkj-vkb-





ukey fMLd

mipkj (Treatment) -

1· xnu e dkyj (Cervical Collar): xnu d fgyku l (Movements) ulk ij i'kj iMrk g bl dkj.k nn c< tkrk gA lokbdy dkyj iguu l xnu d eoeV (Movements) de gk tkr gA lokbdy dkyj (Cervical Collar) uje (Soft) gkuk pkfg; rkfd jkxh mlI fcuk rdyhQ d igu ik;A

2· nokb;k dk mi;kx (Medicine): & ulk d nn dk de dju dh nok; fuEu idkj dh g rFkk bu nokb;k l uhn ,o pDdj vk ldr g blfy; nokb;k dh ek=k /khj&/khj c<kb tkrh gA ;g u'k ,o uhn dh nok; ugh gA nokb;k dk mi;kx 2 l 3 eghu fd;k tkrk g &

I. Pregabalin 75mg

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

(x dk vFk g nok ugh yuk g)

(Cap. Maxgalin/Pregaba/Peg SR / Prynerve OD/Prelogic 75mg)

nok d n"iHkko & pyu e vlryu (Unsteadiness while walking)] lLrh (Lassitude)] 10 ifr'kr jkfx;k dk vR;f/kd uhn rFkk pDdj vkuk (Sleepiness, dizziness), l tu vkuk (Swelling), 1 l 10% jkfx;k dk n[ku e ij'kkuh (Blurred vision), diu (Tremors), dCt (Constipation) vkfnA

II. Tab. Gudril /Ultracet 1 SOS

nok vYVkIV@xMfjy rtnn dh nok; gA bul Hkh uhn] pDdj rFkk mYVh dk th dj ldrk gA

6 lIrkg d mipkj d ckn ;fn dHkh jkxh dk chp&chp e vR;f/kd nn gk rk vYVkIV@xMfjy dk mi;kx t:jr iMu ij fd;k tk ldrk gA

3- vkij'ku (Operation):- vxj nokvk l 6 lIrkg e vkjke ugh vk; rk ltjh d fy; ijke'k djuk iMrk gA 90 ifr'kr jkfx;k dk vkij'ku dh vko';drk ugh iMrh gA vU; ifjfLFkfr;k tgk vkij'ku dk lkpk tk ldrk g og g&

1- duky dk fldM tkuk (Cervical Canal Stenosis)]

2- vR;f/kd cMk fMLd ikyIl (Large size Disc Prolapse)

3- xnu e gMMh dk vR;f/kd c< tkuk (Osteophytes)

4- ;fn y{k.k fnu ifrfnu c< jg gkA

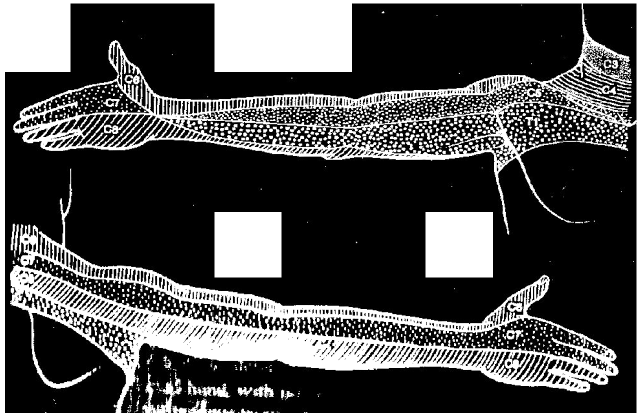
5- vR;f/kd nn tk nn fuokjd nokb;k l Bhd uk gk jgk gkA

ltu l bl vkij'ku (Operation) **d dkEiyhd'ku** (Complication) **rFkk ifj.kkek** (Results)] **[kp** (Expenses)] **Hkrh jgu dk le;** (Duration of Hospitilization) **d ckj e ppk dj yuk pkfg,A**

0;k;ke & xnu d nn e db idkj d 0;k;ke ipfyr gA Mk- oek u xnu d 0;k;ke dk ,d fo'k"k i)fr d vk/kkj ij cuk;k g ftl dh ohfM;k lh-Mh- miyC/k gA vu'kkflr 0;k;ke dju l dkQh ykHk feyrk gA ftu 0;k;kek l ij dh rkdr cM] lryu cM rFkk pyu dk <x l/kj og 0;k;ke Hkh djuk pkfg;A

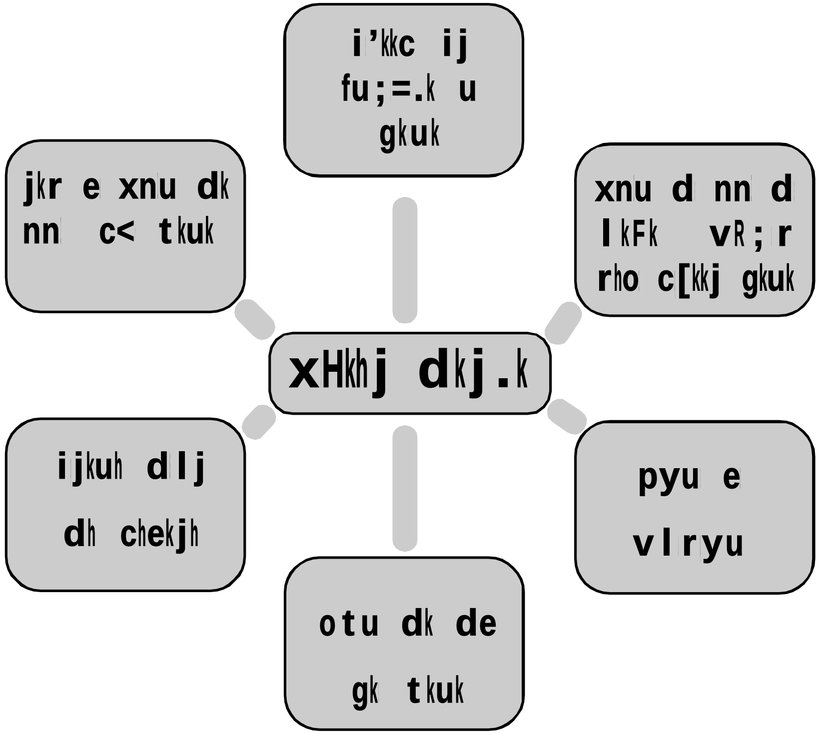
vU; lko/kkfu;k & lokbdy LikfMykflI d jkxh dk fxju l cpuk pkfg;A dej e lkeku fc[kjk gvk ugh gkuk pkfg; rFkk ykbV gkuh pkfg;A Vk;yV dk Ql fQlyu okyk ugh gkuk pkfg;A

uhn dh nokb;k ftu l jkxh fxj ldrk g mudk i;kx de l de djuk pkfg;A dkb Hkh ,lk dke (yc le; rd Vfcy ij cBuk) ftle xnu ij tkj iM ugh djuk pkfg;A



ul dk nn xnu rFkk gkFk e dgk ij gk jgk g ;g ,d cgr gh egRoi.k tkudkjh gA fp= e fn[kk; vulkj

xnu d nn dh xHkhj chekjh gku d ldr



xnu e ul ncu l nn rk gkrk gh g lkFk e ekl if'k;k dh tdMu Hkh gkrh gA ekl if'k;k dh tdMu dk nn fuEufyf[kr nokb;k l fu;=.k e vkrk gA bu nokb;k ¼{Tolperison} Vky ifj lku½ dk e[; n'iHkko uhn ,o pDdj vkuk gA
Syneptol ¼lk;ulVky½] Tolifast ¼VkyhQkLV½

lkjk'k &

1 xnu e nn dk lcl vke dkj.k fyxkeV ;k VMl e f[kpko (ekl if'k;k e tdMu) g tkfd xnu dk xyr <x l j[ku l gkrk gA
2 me d lkFk gfî;k (Bones)@fyxkeV (Ligaments)@ xnu d tkMk (Joints) d cnyko dk lokbdy LikfUMykfll dgr gA bldk flQ c<rh me dk cnyko Hkh dg ldr gA
3 xnu d ,Dl&j vFkok ,e-vkj-vkb (X-Ray or MRI) e tk cnyko fn[kr g og 95 ifr'kr ykxk e dkb Hkh leL;k ugh djr gA bl ifjoru dk jkx dguk xyr gA
4 vxj bl ifjoru l xnu dh ul ncu yx rk jkxh dk y{k.k 'k: gk tk;xA
5 jkxh d y{k.k rFkk ,e-vkj-vkb e fn[ku okyh [kjkch nk vyx&vyx rF; gA D;k bUgh [kjkch l ;g y{k.k gk jg g budk rkyey (Correlation) djuk ,d fpfdRld d fy; vR;f/kd vko';d gA bl rkyey d fy; ,d fpfdRld dk ;g dr0; g fd jkxh dh gkFk dh ulk dk fui.krk l ifj{k.k djA
6 db jkfx;k dk flQ ,e-vkj-vkb- tkp d vk/kkj ij xyr mipkj ,o vkij'ku Hkh gk tkrk gA
7 gFkyh e >u>uh vkuk] tk jkr e c< tk; rFkk jkxh jkr dk mBdj gkFk dk idM y ;k >Vdk n ;g lc

y{k.k dkiy Vuy flUMke chekjh d gA ftle dykb e ul ncrh gA

8 **xnu d nn dh lcl mfpr tkp ,e vkj vkb- (MRI) gA**

9- ;fn dykb rFkk dkguh vkfn e ul nc jgh g rk ;g tkudkjh uo dMD'ku LVMh t (Nerve Conduction Studies) l feyrh gA

10- ulk e v/k#uh [kjkch d e[; dkj.k& Mk;fcVh t (Diabetes), gkbikFkkbjkfMTe (Hypothyroidism) rFkk foVkfeu ch&12] foVkfeu Mh 3 (Vitamin B_{12}, Vitamin D_3) dh deh gA

11 ekufld ruko] lkekVkbt'ku rFkk mnklhurk l Hkh xnu] gkFk] mxfy;k e nn gk ldrk gA

12 xnu] gkFk ,o gFkfy;k e nn] >u>uh ,o lUuiu dk dkj.k gkFk dk vR;f/kd mi;kx (n:i;kx) gA

13 xnu d nn e 0;k;ke ,d egRoi.k vx g ftldk vun[kk dj fn;k tkrk gA

14- db jkxh vKkurk d dkj.k ukb l viuh xnu rFkk gkFk dh eklif'k;k dh [khpkrkuh djokr gA ;g [krjukd gA bll ulk e xHkhj pkV vkj tkuyok tfVyrk; gk ldrh gA tjk lkfp; ulk dh chekjh dk le>u d fy; ,d fo'k"kK dk 10 l 15 lky dk if'k{k.k feyrk gA vKkurk l mipkj djku d ifj.kke xHkhj gk ldr gA

15- **lokbdy LikfMykfll** e y{k.k eghuk l lkyk rd Hkh jg ldr gA chekjh cgr /khj&/khj c<rh gA vkij'ku d ckn Hkh y{k.k cu jg ldr gA vkij'ku l chekjh dk vkx c<u l jkdk tk ldrk gA

16- Mk vftr oek dk db jkxh ;g crkr g fd mud xnu d ,Dl&j e nk gìh;k d chp e xi fn[k jgk gA D;kfd nk gìh;k d chp e xi rk jgrk gh g blfy; ;g lokn@okrkyki vFkfoghu gA lp rk ;g g fd xnu d ,Dl&j l 90 ifr'kr jkfx;k e dkb Hkh egRoi.k tkudkjh ugh feyrh gA

ekufld jkx (Mental Illness) (V'ku] fMi'ku] lkeVkbt'ku) dk nn (Tension, Depression Somatisation) & bu rhuk ekufld chekfj;k l Hkh xnu] gkFk ,o gFkfy;k e nn] >u>uh ,o lUuiu gk ldrk gA mnklhurk] ruko tlh chekfj;k e Hkh jkxh dk xnu e nn gk ldrk gA ;g nn xnu e rFkk flj e vkj 'kjhj d vU; Hkkxk e Hkh gk ldrk gA jkxh dk xnu d nn d lkFk&lkFk vU; y{k.k Hkh gkr g tl&uhn de vkuk] fpMfpMkgV] mnklh ;k eu mnkl jguk] fprk djuk] ?kcjkgV vkfnA

lkeVkbt'ku & ;g jkx efgykvk e T;knk gkrk gA xnu] d/kk] gkFk RkFkk mxfy;k dk nn d lkFk e jkxh dk vU; y{k.k Hkh gkr g & tl iV e nn] lhu e nn] i'kkc dju e nn vkfnA jkxh dh db chekfj;k dh tkp gb gkrh g] ijr tkpk e dkb chekjh ugh fudyrh gA fpfdRldk d ckj&ckj

dgu ij fd dkbZ xHkhj chekjh ugha g] jkxh l rRdky ugha gkrk gA jkxh dk ;g y{k.k lkyksa l jgr g rFkk lkekU; tkpk d ckn Hkh jkxh ij'kku jgrk gA mld ikl eMhdy fjdkM dh 2&3 ekVh&ekVh Qkbysa cu tkrh gA

U;jk ,ukyttfld eMhd'ku (Neuro Analgesic) {NA} l jkxh d efLr"d d dehdYl c< tkr g bld c<u l jkxh dk ulk dk nn de gk tkrk gA tk Hkh nok;a ulk d nn dk de djrh g mul jkxh dk lLrh rFkk uhn vk ldrh gA ;g nok;a uhn vFkok u'k dh ugha gA

lokbdy LikfMykfll e pDdj ugha vkr g pDdj d jkfx;k dk xnu dk ,Dl&j (X-Ray) djkuk ,o lokbdy dkyj mi;kx djuk xyr gA

Reference:-

- Cervical Spondylotic Myelopathy. the Neurologist. A. T. Jenni fer, J.D.Bartlesonjuly 2010
- Surgical Disorders of the Cervical Spine: Presentation and Management of Common disorders. P.M. George. J Neurol Neurosurg Psychiatry 2002;73 (Suppl I) 34–41
- Principles of Neurology; Adums and Victor's: Allan H. Ropper, Robert H. Brown

xnu] gkFk ,o mxfy;k d nn e ulk d ncu dh e[; txg&