। संधिवाताचे प्रकार ।

डॉ. श्रीकान्त वाघ

आपल्या शरीरात सुमारे २०० पेक्षा अधिक सांधे आहेत. दोन हाडे एकत्र येतात तेथे सांधा बनतो. काही सांध्यांमध्ये हालचाल होत नाही. (स्थिर संधी). उदा. कवटीच्या हाडांचे सांधे. पण बहुतेक सांध्यांमध्ये काही हालचाल होते. असे सांधे मणक्यांमध्ये, बरगड्यांमध्ये आणि हातापायात असतात. हालचाल होणे हेच सांध्यांचे महत्त्वाचे काम आहे. नुसते हाडावर हाड ठेवले तर हालचाल होऊ शकणार नाही. त्यासाठी दोन हाडांना जोडणारे एक वेष्टन (कॅप्सूल) असते. कॅप्सूलला बळकटी देण्यासाठी दोरखंडासारखी बंधने (लिगामेंट्स) असतात. त्यामुळे सांधे सैल होत नाहीत. सांध्यांची हालचाल स्नायूंमुळे होते. सांध्यातल्या दोन्ही हाडांवर अत्यंत चिवट आणि कणखर अशा चाकावरच्या टायरसारख्या कूर्चा (कार्टिलेज) असतात. कॅप्सूलच्या आत विशिष्ट प्रकारच्या पेशी (सायनोव्हियम) असतात. त्यातून अंड्याच्या पांढऱ्या बलकासारखा दिसणारा, वंगणासारखे काम करणारा संधिद्रव स्रवतो. हा संधिद्रव कूर्चांमध्ये स्पंजासारखा शोषला जातो. त्यामुळे हाडावर हाड घासत नाही. कूर्चेला संवेदना नसते. त्यामुळे सांध्यातले दुखणे हे बहुधा सायनोव्हियम, कॅप्सूल, लिगामेन्ट्स, स्नायू अथवा अस्थी यांपासून निर्माण झालेले असते. सांध्याच्या कार्यप्रणालीवरूनही त्यांचे वेगवेगळे प्रकार दिसतात. खांद्यापासून हाताच्या बोटापर्यंतच्या सांध्यांमध्ये हालचालींची विविधता दिसून येते. अनेक गुंतागुंतीच्या हालचाली करू शकणाऱ्या हातात, मनगटाच्या पुढे वीस-वीस सांध्यांची योजना आहे. मणक्यातले सांधे शरीराला स्थैर्य देऊन मानेच्या व कमरेच्या हालचाली घडवून आणतात, तर पायातले बळकट सांधे शरीराचा भार वाहत काम करत असतात.

सांध्याच्या ठिकाणी दुखले की, आपण त्याला संधिवात म्हणतो. यातच मानेचे, पाठीचे आणि कमरेचे दुखणेही येते. संधी म्हणजे सांधा. वात ही आयुर्वेदाची शास्त्रीय संज्ञा आहे. शरीरात वेगवेगळ्या प्रकारच्या हालचाली घडवून आणणे, हे वाताचे प्रमुख कार्य आहे. सांधेदुखीमुळे हालचाली नीट होत नाहीत म्हणजेच वाताचे कार्य बिघडते. संधिगतवात असा आजारही आयुर्वेदात आहे. त्यावरूनच 'संधिवात' हा शब्द मराठीत आला. यालाच इंग्रजीत 'ऱ्हुमॅटिझम' म्हणतात. 'ऱ्हुम' या ग्रीक शब्दाचा अर्थ प्रवाही किंवा वाहणारा. सूज येते ती अर्थातच द्रवामुळे; पण बोली भाषेत सूजेमुळे अथवा सूज नसतानाही जेव्हा वेदना होतात तेव्हा त्याला 'ऱ्हुमॅटिझम' म्हणतात. संधिवात हे एक लक्षण आहे. ते सुमारे शंभरएक वेगवेगळ्या आजारांमध्ये निर्माण होते. संधिवाताच्या कारणांचा शोध घेऊन त्यांचे योग्य औषधी उपचार करणाऱ्या तज्ज्ञांना 'ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट' असे म्हणतात.

ऱ्हुमॅटॉलॉजीत संधिवाताचे निदान तसे सोपे असते. त्यासाठी रुग्णाची लक्षणे, इतिहास आणि सांधेदुखीचे स्वरूप एवढे नीट समजले की पुरे. प्रयोगशाळेच्या तपासण्यांची निदानासाठी फारशी आवश्यकता लागत नाही. त्यासाठी संधिवाताचे वेगवेगळे स्वरूप लक्षात घेणे आवश्यक आहे. ते नीट लक्षात घेतले म्हणजे कोणत्या संधिवातासाठी तज्ज्ञांचा त्वरित सल्ला घेतला पाहिजे ते समजू शकेल.

सांधेदुखी

'मला संधिवात झाला आहे' असे सांगत अनेकदा रोगी येतात. सांध्याचे दुखणे हे सांध्याच्या आतील आजारामुळे आहे की, सांध्याबाहेरच्या स्नायू, लिगामेन्ट्स

डॉ. श्रीकान्त वाघ – ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट
एम.बी.बी.एस. (मुंबई), एम.डी. (मेडिसिन), एम.एस्सी. ऱ्हुमॅटॉलॉजी (युके), बी.ए.एम.एस., एम.ए.एस्सी. (चिकित्सा), एम.ए. (संस्कृत) एम.ए. (संगीत)
तेजस अपार्टमेंट्स, १०७८ शुक्रवार पेठ, टिळक रस्ता, हिराबाग, पुणे ४११ ००२.
• फोन : (०२०) २४४७ ८९९३, ९७६३४ ०७२२९, ८४४६४ ०५०५०
• Email : sywagh@yahoo.co.in • Web : www.arthritis-india.com • You Tube : Dr. Shrikant Wagh

इत्यादींमुळे आहे, ते आधी समजले पाहिजे. यात टेनिस एल्बो (हाताच्या कोपराचे दुखणे), फ्रोझन शोल्डर (खांदा दुखणे), पावले सपाट असल्याने दुखणे इत्यादी अनेक आजार येतात. त्यांना 'सॉफ्ट टिश्यू ऱ्हुमॅटिझम' म्हणतात. या सांध्याबाहेरच्या दुखण्याचे महत्त्वाचे लक्षण म्हणजे काम करताना आपण सांधा हलवला तर तो दुखतो; पण इतरांनी तो सांधा हलवला तर काही दुखत नाही. कधी कधी एकाच रोग्यामध्ये दोन–तीन वेगवेगळ्या सांध्यांचे ठिकाणी अशी वेगवेगळी संधिबाह्य दुखणी असतात. या बहुतेक दुखण्यांमध्ये व्यायाम, विश्रांती, सांध्याचा योग्य वापर आणि क्वचित दुखणाऱ्या भागी स्टिरॉइड इंजेक्शन दिले की भागते.

काही पेशंटचे सांधे दुखण्याला कोणतेही शारीरिक कारण नसते. काहींचे संपूर्ण हातपाय दुखतात, त्याला खरे तर संधिवात म्हणता येत नाही. शेवटी प्रत्येक वेदनेच्या मागे मन आहेच. अशा मानसिक वेदनांचे फायब्रोमाल्जियाचे रोगी उगाचच एका डॉक्टरकडून दुसऱ्या डॉक्टरकडे जात राहतात, औषधेही विनाकारण घेतली जातात. गुण मात्र कशानेच येत नाही. खरे तर व्यायाम, योगासने, मनाचे संतुलन आणि जीवनशैलीचे बदल हेच या दुखण्यात उपयोगी पडते.

हाडांच्या विरळपणाविषयी हल्ली जागरूकता वाढली आहे. अनेक शहरवासीयांना सूर्यप्रकाशाचा स्पर्शही होत नाही. त्यामुळे होणारी 'ड' जीवनसत्त्वाची कमतरता, तसेच आहारातील कॅल्शियमचा अपुरेपणा आणि व्यायामाचा अभाव ही हाडांच्या कमकुवतपणाची मुख्य कारणे. स्त्रियांमध्ये पाळी गेल्यानंतर आणि विशेषत: ऑपरेशनने गर्भपिशवी काढली असताना हाडे झपाट्याने विरळ होतात. या आजारात हाडांच्या दुखण्यासोबतच पाठदुखी, कंबरदुखी, मांड्यांच्या अशक्तपणामुळे उठता बसताना त्रास, वेडेवाकडे चालणे अशी वेगवेगळी संदिग्ध लक्षणे दिसतात. सहज पडून फ्रॅक्चर झाले तर हमखास हाडे विरळ समजावीत. व्यायाम, कॅल्शियम आणि 'ड' जीवनसत्त्व, तसेच काही औषधांनी हा आजार हळूहळू आटोक्यात येतो.

संधिवात

आता संधिवाताकडे वळू. सांध्यांमधल्या कूर्चेच्या झिजेमुळे बहुधा 'ऑस्टिओआरथ्रायटिस' नावाचा संधिवात होतो. ज्या सांध्यांना एकंदरच आयुष्यभर काम जास्त पडते त्यांना असा संधिवात होण्याची शक्यता जास्त असते. त्यामुळे गुडघा, मानेचे आणि कंबरेचे मणके आणि बोटांच्या पुढच्या पेरांच्या सांध्यांमध्ये ऑस्टिओआरथ्रायटिस विशेष करून आढळतो. काही व्यवसायांमध्येही विशिष्ट सांध्यांना संधिवात होतो. (ड्रील मशिन चालवणाऱ्यांचे हाताचे सांधे, बैठ्या कामामध्ये मानेचे दुखणे, खाली वाकून वजन उचलले की कंबरदुखी) जुने अपघात, ऑपरेशन, कमकुवत लिगामेन्ट्स तसेच डायबेटिस आणि कुष्ठरोग इत्यादीतही ऑस्टिओआरथ्रायटिस होऊ शकतो. साधारणत: ही दुखणी बराच काळ हळूहळू वाढत जाणारी असतात. गुडघ्याचा संधिवात हा यातला महत्त्वाचा आजार. चालताना किंवा जिना चढताना–उतरताना गुडघा दुखणे, दोन पायांवर बसता न येणे अशी याची लक्षणे असतात. तो विशेषत: जास्त वजनाच्या लोकांमध्ये आढळतो. कारण गुडघाच त्यांचा भार वाहत असतो. झिजलेली कूर्चा पुन्हा भरून येत नाही. त्यामुळे गुडघ्यावरचा ताण टाळणे हाच त्यावरचा मुख्य उपाय आहे. त्यासाठी मांडी घालू नये, दोन पायांवर बसू नये, जमेल तितके चालावे आणि जरूर पडल्यास दुखणाऱ्या गुडघ्याच्या विरुद्ध हातात काठी घेऊन तीवर भार देत चालावे. दहा टक्के वजन कमी झाले तर पन्नास टक्के वेदना कमी होते. गुडघा सुजला तर तेथे इंजेक्शन देतात आणि फारच बिघडून वेदना होऊ लागल्या तर तो सांधा बदलतात. सांधा बदलण्याचे ऑपरेशन आवश्यक झाले तर उशीर करू नये. नाहीतर हालचाल कमी होऊन इतर बरेच उपद्रव होतात.

आमवात

सुजेचे संधिवात हा खरा धोक्याचा कंदील आहे. कारण सांध्यातले सायनोव्हियम सुजले की त्यामुळे कूर्चा आणि हाडांना खड्डे पडून दोन–तीन महिन्यातच सांध्यांचा नाश व्हायला सुरूवात होते. त्यामुळे सुजेचा संधिवात त्वरित ओळखणे आणि लवकर इलाज करणे फार महत्त्वाचे आहे. लवकर इलाज झाले तर हा आमवात हमखास आटोक्यात येतो आणि सांधे पूर्ववत होऊ शकतात. सुजेच्या आणि झीजेच्या संधिवातात महत्त्वाचा फरक असा की, सुजेच्या संधिवाताचा सांधा सुजून रबरासारखा लागतो. सूज ही सांध्यांच्या सर्व बाजूंनी एकसारखी असते, हालचाल केली किंवा व्यायाम केला की दुखणे कमी होते आणि सकाळी अर्धाएक तासापेक्षा जास्त कडकपणा राहतो. याउलट झिजेच्या संधिवातात कडकपणा काही मिनिटांपुरता

असतो आणि व्यायामानंतर सांधा जास्त दुखतो. सुजेच्या संधिवातात ताप येणे, भूक मंदावणे, वजन घटणे अशी इतरही लक्षणे असू शकतात.

ऱ्हुमॅटॉइड आरथ्रायटिस हे सुजेच्या संधिवाताचे उत्तम उदाहरण. आपण त्याला आमवात म्हणू या. या प्रकारच्या आमवातात हाताच्या पेरांमधले सांधे तसेच मनगट, कोपरा, घोटा, पावलांचे सांधे अशा ठिकाणी विशेषत: सूज येते. सांधे उजवीकडे आणि डावीकडे असे एकाचवेळी एकसारखे सुजतात. सांधे लालसर आणि गरम असू शकतात. व्यायामाने बरे वाटते. सुजेविषयी अनिश्चितता असली तर डॉपलर सोनोग्राफी किंवा एमआरआय तपासणीचा उपयोग होतो. रक्ताच्या ईएसआर किंवा सीआरपी या तपासण्यांनी ही सूज ओळखता येते. ऱ्हुमॅटॉइड फॅक्टर किंवा एसीसीपी या तपासण्या निदानास नेमकेपणा आणतात. तसेच त्यावरून आजाराच्या गंभीरतेचा अंदाज घेता येतो. ऱ्हुमॅटॉइड संधिवातात हल्ली अत्यंत परिणामकारक औषधे उपलब्ध झाली आहेत. ती तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने लवकरात लवकर वापरणे आवश्यक आहे.

आमवातातच लुपस, स्क्लेरोडर्मा, व्हॅस्क्यूलायटिस असे गंभीर आजारही येतात. त्यांचे वेगळे स्वरूप ओळखणे फारच महत्त्वाचे आहे. बहुतेकवेळा ते साध्या तपासण्यांवरून ओळखू येऊ शकतात.

कमरेचा आमवात

मणके संपतात तेथे माकडहाड आणि ओटीपोटाच्या सापळ्याचा एक सांधा असतो. तेथे सुरू होणारी सूज हे ॲन्किलोजिंग स्पाँडिलायटिसचे वैशिष्ट्य. त्यामुळे कमरेची हालचाल करताना दुखते. पाठीत विशेषत: सकाळी तासाभरापेक्षा जास्त कडकपणा राहतो. अगदी अंथरुणात वळतानासुद्धा कंबरदुखीने जाग येते. हळूहळू सगळे मणकेच कडक होतात. मानपाठ वळवता येत नाही. कुबड येते आणि श्वसनालाही त्रास होऊ शकतो. वेदनाशामक औषध घेतले की तात्पुरते बरे वाटते. याच आमवातात विशेषत: पायाचे मोठे सांधे सुजून लवकर खराब होतात. तरुण वयाच्या पुरुषांमध्ये होणाऱ्या या गंभीर आजारासाठी अलिकडे काही परिणामकारक औषधे उपलब्ध झाली आहेत; पण ती फारच महाग आहेत.

सोरायसिस, संग्रहणी आणि गुप्तरोगांमुळेही अशा प्रकारचा कमरेचा संधिवात होऊ शकतो. अर्थात त्याचे स्वरूप काहीसे वेगळे असते.

सोरायसिस संधिवात त्वचेचा सोरायसिस नसतानाही होऊ शकतो. त्यात हाताच्या बोटांच्या पुढच्या पेरांचे सांधे विशेषत: सुजतात. या सर्वच संधिवाताचे यशस्वी उपचार करणे आता शक्य झाले आहे.

अचानक आलेली सांध्यांची सूज

वर उल्लेखलेले बहुतेक संधिवात प्रदीर्घकाळ चालणारे असतात. एखादा सांधा अचानक सुजून दुखू लागला तर सामान्यत: मार लागणे किंवा गाउट आणि सेप्टिक संधिवात ही मुख्य कारणे असतात.

गाउट हा चाळीशीच्या आसपासच्या विशेषत: लठ्ठ पुरुषांमध्ये होणारा आजार आहे. मासिक पाळी सुरू असलेल्या स्त्रियांना; तसेच मुलांना सामान्यत: गाउट होत नाही. शरीरात तयार होणाऱ्या युरिक ॲसिडचे स्फटिक सांध्यात जमून सूज उत्पन्न होते. थंडीच्या दिवसात विशेषत: रात्रीच्या मद्यपानासोबत सामिष जेवणानंतर पहाटे अचानक पायाचा अंगठा सुजतो, लाल आणि गरम होतो, तेथे अगदी विंचू चावल्यासारख्या वेदना होतात. टाच, घोटा, मनगट इत्यादी इतर सांधेही सुजू शकतात. वारंवार अशी सूज येत राहिली की या ॲसिडमुळे हाडांना खड्डे पडून सांध्याचा नाश होतो.

गाउट किंवा सेप्टिक संधिवातात सांध्यातले पाणी काढून प्रयोगशाळेत तपासणे अत्यावश्यक आहे. गाउटच्या ॲटॅकमध्ये सूज कमी करणारी औषधे वापरतात. वारंवार ॲटॅक येऊ लागले तरच ॲलोप्युरिनॉल वापरतात. सेप्टिक संधिवातात योग्य ती ॲन्टिबायोटिक औषधे त्वरेने वापरणे आवश्यक आहे.

एकापेक्षा जास्त सांधे अचानक सुजले तर सामान्यत: चिकुनगुनियासारखे व्हायरसमुळे होणारे संधिवात असतात.

संधिवाताची इतरही अनेक कारणे आहेत. त्यात कुष्ठरोग, टीबी, कॅन्सर, एड्स, सारकॉइड असे बरेच आजात येतात. अर्थात त्यांच्या निदानासाठी तज्ज्ञांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

लहान मुलांचे संधिवात

१६ वर्षांपेक्षा लहान मुलांचे संधिवात ही एक विशेष समस्या आहे. मुलांमध्ये सांधेदुखीची सुमारे शंभरपेक्षा अधिक कारणे असतात. त्यातही अर्थात सुजेचे संधिवात महत्त्वाचे. कारण सांध्यांच्या जवळच हाडांची वाढणारी टोके

असतात. लहान वयात सांधा बिघडला की वाढ खुंटते. ती मुले इतर मुलांबरोबर खेळू शकत नाहीत. त्यामुळे एकूणच व्यक्तीमत्वाचा विकास खुंटतो. लहान मुलांच्या संधिवाताचे एकूण सात उपप्रकार आहेत. ते सारे संधिवात मोठ्या माणसांसारखे असले तरी लहान वयामुळे या संधिवाताकडे जास्त गांभीर्याने पाहणे आवश्यक आहे.

लहान वयात होणारा आणखी एक महत्त्वाचा संधिवात म्हणजे 'ऱ्हुमॅटिक ज्वर.' घशातल्या स्ट्रेप्टोकॉकस जंतूविरोधी शरीरात जे प्रतिकण तयार होतात त्यामुळे एकानंतर एक सांधे सुजत जातात. या संधिवातात हृदयाच्या झडपा खराब होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे या जंतूंचे वारंवार आक्रमण होऊ नये म्हणून वयाच्या तीस–पस्तीस वर्षांपर्यंत पेनिसिलीन देतात.

सांधेदुखीची अनेक कारणे आपण पाहिली. त्यात विशेषतः सुजेचे संधिवात महत्त्वाचे. कारण त्यात योग्य उपायाने सांध्याचा नाश टाळता येतो. त्यासाठी सुजेच्या आणि झिजेच्या संधिवातातला फरक ओळखता येणे अत्यावश्यक आहे. २००२ मध्ये प्रसिद्ध झालेल्या एका पाहणीनुसार नुकतीच पदवी घेतलेल्या ७८ टक्के डॉक्टरांना देखील हा फरक उमजत नाही. त्यामुळे समाजातच याविषयी जागरूकता निर्माण झाली पाहिजे तरच योग्य वेळी योग्य सल्ला घेऊन सांध्याची हानी टाळता येईल.

❖ ❖ ❖

सौजन्य : दैनिक सकाळ (फॅमिली डॉक्टर) १० ऑक्टोबर २००८