

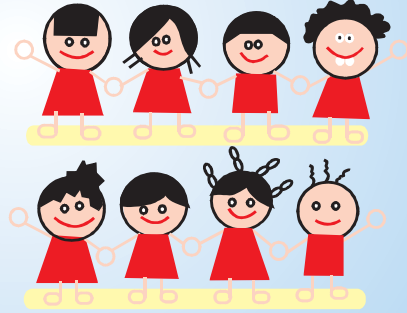


शरीरमाचं खलु धर्मसाधनम्



# सेरेब्रल पाल्सी के बारे में जो आप जानना चाहें!

मरीज़ / अभिभावक हेतु जानकारी पत्रिका



बाल तंत्रिका विज्ञान विभाग  
बचपन में तंत्रिका के विकास संबंधी रोगों हेतु  
आधुनिक एवं उन्नत अनुसंधान केंद्र  
बाल रोग विभाग  
अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, नई दिल्ली, भारत



सेरेब्रल पाल्सी का अर्थ अनेक कारणों से होने वाली शरीर के लचीलेपन तथा चलन एवं मुद्रा में होने वाली तकलीफ होता है। इसका समयपर निदान, शीघ्र कदम उठाने में लाभदायक है जिससे मरीज़ के सर्वांगी निकास में मदद मिलती है।

### **सेरेब्रल पाल्सी क्या है?**

सेरेब्रल का अर्थ दिमाग और पाल्सी का अर्थ शरीर के कोई अंग के चलन में तकलीफ होना। इस संज्ञा का उपयोग अनेक कारणवश होने वाली शरीर में चलन, मुद्रा तथा लचीलेपन में समस्या है, जिसमें बोलने, बुद्धि विकास, देखने में तकलीफ तथा झटके (दौरे) आने का भी संभावना होती है।

### **क्या मानसिक विकलांगता सेरेब्रल पाल्सी से भिन्न है?**

हाँ, दोनों भिन्न हैं। मानसिक विकलांगता का अर्थ बुद्धि का कम होना है, जिससे रोजींदा कार्यों में तकलीफ होती है जिस कारण से व्यक्ति समाज में सक्षम नहीं रहता। सेरेब्रल पाल्सी भुजाओं तथा पैरों के स्नायुओं के चलन की समस्या है। किसी व्यक्ति को सी.पी. होने के पश्चात् सामान्य बुद्धि हो सकती है जब कि मानसिक विकलांग को शारीरिक चलन में परेशानी न होने की संभावना है। सेरेब्रल पाल्सी के दो तिहाई मरीज़ों को मानसिक विकलांगता होती है, जिन्हें दोनों हाथों तथा दोनों पैरों में तकलीफ होती है (spastic quadr plegia), उन्हें मानसिक विकलांगता होने की संभावना अधिक होती है।

### **सेरेब्रल पाल्सी के लक्षण क्या हैं?**

ज्यादातर बच्चे जिन्हें सेरेब्रल पाल्सी है, वे 6 महीने से दो साल के बीच की उम्र में पता चलता हैं। पहला लक्षण यह है कि बच्चे का विकास सामान्य से धीमी गति से हो रहा है। स्नायुओं का स्पर्श ढीलेपन या सख्त हो सकता है तथा बच्चे को असामान्य शारीरिक गतिविधि हो सकता है। बच्चे को साथ में बुद्धि कम होना, दौरे, झटके आना, बोलने में तकलीफ होना, सुनने में/देखने में समस्या होना या स्वभाव में बदलाव इत्यादि हो सकते हैं।

### **सेरेब्रल पाल्सी के बारे में जानकारी जरूरी क्यों है?**

- बिमारी की अज्ञानता नैदानिक सहायता में विलंब का कारण बन सकती है, जिससे कि शिशु अपने संभाविक विकास को पूर्ण तरीके से सार्थक नहीं कर पाता।
- सेरेब्रल पाल्सी पूर्ण रूप से साध्य न होने के पश्चात् भी पुर्नवास के प्रयास से जीवन गुणवत्ता सुधारने में मदद रूप बनते हैं।

- समय से उठाए गए कदमों से व्यक्ति सक्रिय रूप से लंबी आयु प्राप्त कर सकता है।
- यह कोई संक्रामक या वंशानुगत बिमारी नहीं है।

### सेरेब्रल पाल्सी के क्या कारण हैं?

सेरेब्रल पाल्सी कई वजहों से हो सकता है। विकासशील मस्तिष्क को जन्म से पहले, जन्म के समय या उसके बाद नुकसान पहुंचने से हो सकता है।

### जन्म से पहले के कारण

- माता में कुपोषण
- पहली तिमाही में संक्रमण होना
- गर्भ में या गर्भ के पानी में संक्रमण होना
- एकाधिक गर्भवस्था
- धूमपान, मदिरा, विकिरण, तथा दवाईयों से जोखिम
- ब्लड प्रेशर का बढ़ना, मधुमेह की तकलीफ या थाइरोइड की बिमारी माता में होना।
- आनुवांशिक तकलीफ या उपापचयी समस्या होना
- विकासशील दिमाग में संरचनात्मक तकलीफ होना

### जन्म के समय के आस-पास

- भ्रूण की उम्र कम होना (कुसमयता)
- प्रसव में तकलीफ होना
- शिशु का वजन कम होना
- जन्म के बाद शिशु का साँस शुरू न होना या रोना दुर्बल होना
- शिशु के रक्त में शक्कर कम होना
- लम्बे समय तक दौरे (झटके आना)

### शुरुआती बाल अवस्था में

- दिमागी बुखार
- दिमाग में रक्तस्राव
- दिमागी चोट
- डूबना
- लम्बे समय तक दौरे / झटके आना

## 1. सेरेब्रल पाल्सी के कौन-से प्रकार हैं?

सेरेब्रल पाल्सी का वर्गीकरण शरीर के लचीलेपन, हाथों और पैरों की तकलीफ या चलन में समस्या पर आधारित है।

**स्पास्टिक:** यह सबसे आम प्रकार है। स्पास्टिक का अर्थ यह है कि प्रभावित स्नायु सामान्य से अधिक कठोर हैं। यह हड्डी तथा संधि में विकृतियों के साथ हो सकता है।

स्पास्टिक प्रकार के भी तीन रूप हैं।

**कोड्रिप्लेजिक:** इसमें दोनों हाथ तथा दोनों पैर प्रभावित होते हैं। हाथ पैरों जितने या उनसे अधिक प्रभावित होते हैं।

**हेमिप्लेजिक:** एक तरफ के हाथ और पैर प्रभावित होते हैं।

**डायप्लेजिक:** दोनों पैर प्रभावित होते हैं। हाथों पर असर ना बराबर हो सकता है।

## 2. डिसकायनेटिक / डिसटोनिक: इसमें शरीर के असामान्य मुड़ी हुई मुद्राओं तथा हलन-पलन (मोवमेंट) होते हैं, जो नींद के समय नहीं पाए जाते।

**डिसटोनिक :** शरीर में मुड़ी हुई अवस्थाएं होना।

**एथेटोइड:** धीमी असामान्य हाथ पैर की गतिविधि होना।

**कोरिया:** हाथों और पैरों की तेज़ गतिविधि होना।

**अटेक्सिक:** संतुलन तथा बारीकी कार्य में तकलीफ लिखने तथा चलने में दक्षता न होना। स्नायुओं का लचीलापन ढीला होना।

**मिश्र प्रकार:** उपर लिखित प्रकारों का संयोजन होना सबसे सामान्य संयोजन स्पास्टिक तथा डिस्टोनिक प्रकार का है।

क्या कोई जाँच की आवश्यकता है?

सेरेब्रल पाल्सी का निदान क्लिनिकल है अर्थात् चिकित्सक द्वारा किए गए अवलोकन पर आधारित है। प्रयोगशाला में होने वाली जांच आवश्यक नहीं है। एम आर आई अथवा दिमाग की इमेजिंग दिमाग में हुए नुकसान का पता लगाने के लिए की जा सकती है।

दौरे की जाँच या उसके लिए अनुरूप औषधि के लिए ई.ई.जी. यानि दिमाग के विद्युतिय गतिविधि का अभिलेख किया जा सकता है। देखने के लिए तथा श्रवण शक्ति की जाँच आवश्यक है। यदि बच्चे को अन्न पानी के ट्यूब के स्नायुओं में तकलीफ के कारणवश खाना बाहर आता है तो जी.ई.आर. नाम जाँच की जा सकती है।

## सेरेब्रल पाल्सी की चिकित्सा क्या है?

सेरेब्रल पाल्सी साध्य नहीं है। इसमें बालरोग चिकित्सक, तंत्रिकाविज्ञानी, मानसिक रोग विशेषज्ञ, बोली विशेषज्ञ, पोषण विशेषज्ञ, समाजसेवक कार्यकर्ता, नाक, कान गले की बीमारियों के निष्णान, आँख के विशेषज्ञ तथा हड्डी के सर्जन सम्मिलित काम करते हैं।

## फिजिकल थेरेपी (वर्जिश / कसरत)

इसका ध्येय मरीज के आत्म निर्भर होना और चल पाना है। इसमें कसरत, सही मुद्रा बताना तथा चलन के अन्य साधन जैसे वोल्कर, ब्रेसिंग तथा व्हीलचेयर का उपयोग शामिल है।

व्यावसायिक थेरेपी: रोजमर्रा की गतिविधियों जैसे कि खाना, बैठना तथा शौचालय का उपयोग शामिल है।

## फिजियोथेरेपी के महत्वपूर्ण मुद्दे

- वर्जिश करवा कर हाथों और पैरों का सख्त होना कम करने का प्रयास तथा उनका चलन बढ़ाना, जरूरत पड़ने पर स्प्लिन्ट्स, केलिपर्स अथवा ब्रेसिस का उपयोग करना।
- पेसिव मूवमेन्ट द्वारा कठोरपन कम करना तथा एक्टिव मूवमेन्ट से स्नायुओं की कमजोरी में सुधार लाना।
- रोजमर्रा के कार्यों में बच्चे की मददरूप होना।
- लचीलापन कम या ज्यादा होने की दोनों स्थितियों में अच्छी मुद्राओं को प्रोत्साहित करना।

डिस्क्रायनेटिक सेरेब्रल पाल्सी में हाथ पकड़कर अधिक असामान्य हलन-चलन कम करना यदि मुद्राएं या अवस्था ठीक नहीं है तो बच्चे को उसमें सहायता प्रदान कर सपास्टिक सेरेब्रल पाल्सी की तरह वर्जिश कराएं।

## कुछ मददरूप मुद्दे:

- ✓ धैर्य बनाए रखें।
- ✓ बच्चे को प्रोत्साहित करें।
- ✓ बच्चे के साथ खूब वार्तालाप करें।
- ✓ नई मूवमेन्ट सिखाने के लिए बच्चे के हाथों और पैरों को मार्गदर्शित करें।
- ✓ दर्पण का उपयोग करके बच्चे को अपने शरीर का उपयोग करने में मदद करें।
- ✓ अनुकरण करवाएँ।

## सोते या लेटे समय मुद्राएं ठीक करना।

### गलत मुद्रा



पैरों का कैंची की तरह होना

### सही मुद्रा



मोटी नैपी या तकिए का उपयोग करके पैरों को एक दूसरे से दूर रखना।



बच्चे का शरीर अक्सर पीछे की ओर मुड़ता है।



1  
एक तरफ बच्चे को लेटाएं।



2  
छोटे झूले समान हेमोक में बच्चे को रखें।



3  
बड़ी गेंद या बेरल पर बच्चे को रोल करवाएँ।



इस अवस्था में बच्चे का चीज पाने की चेष्टा करने का नियंत्रण नहीं है।



इस तरह बच्चे को रखें ताकि वह भुजाओं का उपयोग कर सिर उठा सके।

## बच्चे को उठाने की मुद्राएं ठीक करना।

### गलत मुद्रा



भुजाएँ सीधी करके बच्चे का लेटना।



बच्चे को इस तरह न उठाएँ।

### सही मुद्रा



1. माता को बच्चे के पैर इस तरह से मोड़कर उठाना सिखाएँ।
2. पैर एक दूसरे से दूर रखकर घुटने और हिप्स इस तरह मुड़े रखें।



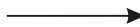
स्पास्टिक बच्चा जो मुड़ी हुई अवस्था में है।



उसे इस तरह उठाएँ।



स्पास्टिक बच्चा जो पीछे की ओर मुड़ा है।



उसके पैर बाहर की ओर मोड़कर इस तरह उठाएँ।

उसे इस तरह उठाएँ।



## गले का नियंत्रण पाने के लिए मुद्राएँ ।



बोल्सटर

1. बच्चे को तकिए (बोल्सटर) पर लेटाएँ।
2. उसकी भुजाएँ तकिए के आगे रखवाएँ।
3. बच्चे को खिलौना दिखाकर उसका सिर उपर लाने का प्रयास करवाएँ।



4. तकिए की जगह माता अपनी गोद का इस तरह उपयोग करें।



5. माता बच्चे को इस तरह अपने पैर पर लेटाकर कंधों को ऐसे रखकर प्रयास करें।

## पलटने तथा मुड़ने का प्रयास।



1. यदि बच्चे के स्नायु कठोर हैं, तो उसे ढीले कराना।
2. पैरों का इस तरह आगे-पीछे चलन करवाएँ।



3. फिर बच्चे को पलटने और शरीर मोड़ने में मदद करें।

## बैठने के लिए अच्छी मुद्रा।

### कब बैठने के लिए सिखाएँ?

1. बच्चा जब गरदन पर सिर संभाले (पूरी या अंशतः तरीके से)।
2. पेट के स्नायु ठीक हों ताकि बच्चा बैठने के समय अपने धड़ को उठा सके।



### गलत मुद्रा

1. पैर साथ में और अंदर की ओर मुड़े हुए।
2. कंधे नीचे की ओर तथा भुजाएँ अंदर की ओर मुड़ी हुई।

## सही मुद्रा



1. बोलसटर (तकिए) का उपयोग करके पैरों को जुदा रखें।

2. बच्चे के पैर एक दूसरे से अलग और बाहर की ओर मोड़कर बिठाएँ।



1. स्नायुओं की कठोरता के कारण जिस बच्चे को बैठने में कठिनाई है, उसे इस तरह नियंत्रित करें।
2. अपने हाथों का उपयोग करके उसे अपनी भुजाओं तथा हाथों का उपयोग करवाएँ।

1. बच्चे को अपने पैर पर बिठाकर बच्चे के पैर फैलाकर, पैरों के पंजे सपाट रखें।
2. अपने घुटनों से सहारा दें।
3. उसके हाथों का चलन प्रोत्साहित करें।



## गलत मुद्रा



### W-मुद्रा

जिन बच्चों को नियंत्रण में तकलीफ होती है वे W आकार में बैठते हैं। ताकि खूद को गिरने से बचा सकें।



1. बच्चे के पैर दूर हैं।
2. हिप्स बाहर की ओर।
3. कंधे पीछे की तरफ।

## सही मुद्रा



1. बैठने से बचें।
2. यदि यही तरीके से बच्चा बैठता है तो बैठने दें।
3. छोटे बच्चे के लिए अन्य प्रयास करें।



1. बच्चे के पैर साथ में और आगे की ओर से बैठाएं।
2. कंधे आगे की तरफ मोड़े रखें।

## खड़ा रहना

### खड़ा रहना कब सिखाएँ?

1. बच्चे को गले तथा पेट का अच्छा नियंत्रण है।
2. अपने आप से बैठ सकता है।
3. पैरों में स्नायुओं की शक्ति एवरेज या अच्छी है।

### गलत मुद्रा



Sway back

मोड़े रखने से कोन्ट्रेकचर होना।

पंजों के बल चलना।

### मुद्राएं सुधारना



1. सहारा देकर बच्चे का नियंत्रण प्राप्त करने में सहायक बनें।
2. वह आत्मविश्वास से सीधे खड़े हो सकता/सकती है।

1. मदद के लिए अन्य तरीकों की खोज करें।
2. चित्र में दिखाए अनुसार पहियों वाली गाड़ी बच्चे को नियंत्रण में तथा हाथ सीधे रखने में मददरूप है।



जो बच्चा सीधे नहीं खड़ा रह सकता उसे सीधे खड़े रहने की फ्रेम में रोज एक दो घंटे के लिए रखा जा सकता है।

चलन के लिए उपयोगी साधन



पहियों वाली गाड़ी



वोकर



कुछ बच्चों को व्हीलबोर्ड या व्हीचैयर की जरूरत पड़ेगी।

## ओर्थोसिस

ओर्थोसिस वह साधन है जो पैरों या अन्य अंगों के अनुरूप अवस्था में रखने में सहायशील हैं। इनका उपयोग कमजोर स्नायुओं को सहारा प्रदान करना व डिफोरमिटिस तथा कान्द्रैक्चर रोकना है। ओर्थोसिस का उपयोग तब ही करें यदि वे बच्चे को चलने में तथा आत्मनिर्भर होने में सहायक बनते हैं।

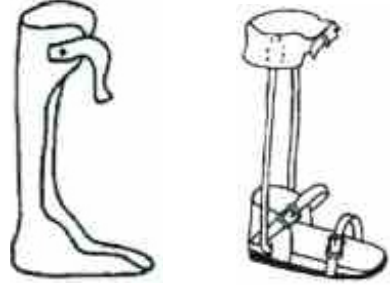
### सामान्य तौर पर उपयोगी ओर्थोसिस

फूट ओर्थोसिस



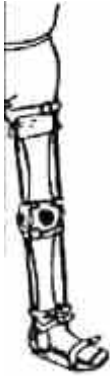
मोल्डेड प्लास्टिक द्वारा बनाए गए होते हैं, पैरों की डिफोर्मिटी जैसे प्लैट फूट (सपाट पंजा) के लिए उपयोगी।

बिलो नी (घुटने के नीचे) के लिए ओर्थोसिस



पंजे में कमजोरी तथा डिफोर्मिटी के लिए उपयोगी।

अबोव – नी ओर्थोसिस  
(घुटने के उपर का आर्थोसिस)



घुटने तथा ऊपरी पैर की कमजोरी के लिए तथा पंजे के कमजोरी के लिए।

अबोव – नी ओर्थोसिस विथ हिप बैंड



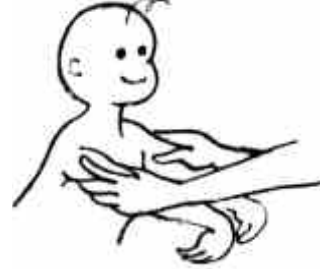
पैरों तथा हिप्स में कमजोरी के लिए।

सेरेब्रल पाल्सी वाले बच्चे की देख-रेख  
कंधों तथा भुजाओं का चलन बढ़ाने के लिए उनकी मुद्रा

आयोग्य अवस्था



कैसे पकड़ना



1. बच्चे की कोहनीयाँ पकड़ें।
2. कंधों को अंदर की ओर मोड़ें।
3. धीरे से उन्हें उठाएं।
4. सिर व शरीर को आगे की ओर लाएँ।



1. बच्चे की कोहनी के ऊपर से भुजाएँ पकड़ें।
2. कंधों को बाहर की तरफ मोड़ें।
3. धीरे से भुजाओं को उठाए।
4. बच्चे का सिर व शरीर आगे की ओर लाएँ।



## पैरों को चलाने के लिए कैसे पकड़ें ।



1. घुटनों के ऊपर से बच्चे के पैर पकड़ें ।
2. हिप्स को बाहर की तरफ मोड़ें ।
3. पैरों को धीरे से बाहर मोड़ें ।

## हाथों को चलाने के लिए कैसे पकड़ें ।



आयोग्य अवस्था

1. अंगूठा हाथ से दूर होना चाहिए ।
2. गेंद या सिलिन्दर रूपी खिलौने का उपयोग करें ।
1. बच्चे की कोहनी पर से एक अंगूठे को हाथ के अंदर रखें ।
2. दूसरे हाथ से बच्चे का हाथ का पंजा सीधा करें ।
3. कलाई को पीछे की ओर मोड़ें ।
4. आखिर में उंगलियों को खोलें ।

लेटे समय सिर को सहारा कैसे दें?



आयोग्य अवस्था

1. सिर की तरफ अपने दोनों हाथ रखें।
2. सिर को ऊपर की तरफ उठाएँ।
3. कंधों को नीचे की ओर अपने हाथों से करें।
4. बच्चे का सिर ऊपर करने के लिए प्रयास करें।

बैठे समय सिर को सहारा कैसे दें?



आयोग्य अवस्था



अपना हाथ कंधे के उपर गले की पीछे इस तरह रखें।

## मेरा बच्चा ठीक से क्यों नहीं खा पाता?

### सेरेब्रल पाल्सी में खाने में तकलीफ होती है क्योंकि

- चूसने तथा निगलने में खामी।
- अन्न नली के ऊपरी स्नायुओं में तालमेल की कमी के कारण खाद्यपदार्थ का वापस आना।
- जीभ के चलन में कमी।

इन कारणों से खाना कम लेना, समय अधिक लगना तथा थकान होना संभव है। इससे कृपोषण हो सकता है।

### मैं बच्चे को बेहतर तरीके से कैसे खिलाऊँ?

- बच्चे को नरम चीजें दें
- खाद्य पदार्थ जीभ के मध्य हिस्से में रखे
- कठोर आहार छोटे टुकड़े करके दें
- खाने के लिए उचित मुद्रा
- यदि मुँह बंद रखने की जरूरत हो जब खाना मुँह के अंदर है तो नीचले जबड़े पर जोर दें
- यदि ऊपरी अन्न नली में तालमेल की कमी के कारण दवाइयाँ का असर भी जब नहीं आता, तो शल्यक्रिया करके खाद्यपदार्थ को सीधे ही जठर में या अन्न नली के मध्य भाग में पहुँचाया जा सकता है

### खाद्यपदार्थ का चयन

**पहले 4 से 6 महीने:** स्तनपान कराएँ यदि बच्चे को चूसने में तकलीफ है तो माता अपने दूध को कटोरी चम्मच से पिलाएं

**6 से 8 महीने:** स्तनपान के साथ, मसले फल, सब्जी या नरम आहार शुरू करें

**8 से 11 महीने:** क्रमशः स्तनपान 4-5 महीनों के भीतर बंद करें, अन्य आहार का उपयोग बढ़ाएँ तथा घर में बने आहार का उपयोग बढ़ाएँ

**11 महीनों के बाद:** अन्य परिवारजन जैसा आहार बच्चा खा सकता है

यदि कठोर आहार लेने में तकलीफ है तो उसे मसलकर दलिया समान बनाकर या प्रवाही के रूप में दें

**आहार की जरूरत:** उम्र समान अन्य बच्चे जितनी

आहार में प्रोटीन तथा कैलोरी की मात्रा बढ़ाने के लिए मक्खन, तेल, चावल, भुना धान्य, पास्ता, सोयाबीन, शहद, मिल्कशेक, आइसक्रीम, दही, चीज़, का उपयोग करें। बाजार में विशेष फॉर्मूला मिलता है। आहार विशेषज्ञों को संपर्क करें

### मेरा बच्चा खाने के समय क्यों ख़ाँसता है?

खाने के समय ख़ाँसना, घुटन होना, साँस लेने में तकलीफ होना, खाना साँस की नली में जाने से हो सकता है। इसे ऐस्पिरेशन कहते हैं जिसका अर्थ अन्न की नलकी में खाद्यपदार्थ या थूक का जाना है। यह निगलने में ताल-मेल की कमी तथा बचावकारी रिफ्लेक्स की कमी के कारण होता है। बार-बार ऐस्पिरेशन के कारण बार-बार न्यूमोनिया हो सकता है माता पिता को खिलाते समय धैर्य रखना है। एक समय खाना कम मात्रा में देना। अनुरूप मुद्रा खिलाने के लिए जरूरी है। यदि प्रवाही पिलाने में तकलीफ है तो उसे गाढ़ा खाद्य पदार्थ दें। यदि इन तरीकों से लाभ न मिले, तो कुछ जाँच की जा सकती है। (अपने डॉक्टर को संपर्क करें) कभी अन्य तरीकों (जैसे की गेस्ट्रोस्टोमी ट्यूब) का प्रयोग किया जा सकता है। यह ऐसा ट्यूब है जो त्वचा से होकर जठर (पेट)में जाना है और बच्चे को निगलने की जरूरत नहीं पड़ती। खाना सीधा पेट में जाकर आंत में हाजमें के लिए जाता है। उपने चिकित्सक का अन्य जानकारी के लिए संपर्क करें

### क्या कोई खिलाने के लिए साधन मौजूद हैं?

बड़े बच्चों को कुछ परिवर्तित बर्तनों का उपयोग कर स्वयं खाने का प्रयास कर सकते हैं।

दोनों तरफ हैंडल वाला मग



लम्बे हैंडल वाला चम्मच



## मेरे बच्चे को कब्ज क्यों रहता है?

सेरेब्रल पाल्सी के बच्चे में कब्ज एक आम समस्या है। जो बच्चे बिसतर पर ही रहते हैं तथा प्रवाही कम पीते हैं उन्हें यह समस्या अधिकतर होती है। कब्ज का रोकना उसकी चिकित्सा से ज्यादा आसान है। पहला रास्ता खान-पान में बदलाव है। खाने में फायबर (रिशे) युक्त आहार तथा प्रवाही का सेवन मददगार है। ज्यादा तकलीफ वाले कब्ज के लिए दवाइयों का इस्तेमाल किया जा सकता है।

## लार की समस्या के लिए क्या करें?

चेहरे, सिर तथा गरदन के स्नायुओं में ताल मेल की कमी के कारण लार गिरने की तकलीफ होती है। बच्चे की अवस्था बदलने पर इस समस्या का कुछ हद तक समाधान किया जा सकता है। नियमित दांतों का ब्रश, दांतों की अन्य तकलीफों की चिकित्सा और टॉन्सिल तथा एडिनोइड की तकलीफ का इलाज भी मदद करता है। कभी-कभी दवाइयाँ, सक्शर्नींग या शल्यक्रिया का उपयोग भी करना पड़ सकता है।

## क्या मुझे अपने बच्चे के दांत ब्रश से साफ कराने चाहिये?

मुँह की सफाई पहले साल में, दांत आने से पहले ही शुरू करें। बच्चे के मुँह को गीले कपड़े से साफ करें। 18 महीने से नरम ब्रश से दांत साफ करें। दांतों के साथ साथ मसूड़े व जीभ भी साफ करें। प्रतिदिन कोई एक समय पर ही ब्रश करवाने का आग्रह रखें। यदि टूथब्रश से साफ करने में मुश्किल हो तो रूई के स्वेब से टूथपेस्ट/एन्टीसेप्टिक सोल्यूशन से साफ करें।

## क्या मेरे बच्चे का टीकाकरण होना चाहिए?

सेरेब्रल पाल्सी वाले बच्चे का टीकाकरण किसी आम बच्चे जैसा ही होना चाहिए। यदि कोई बीमारी से दिमाग का नुकसान होता जा रहा हो तो सामान्य परटियूसिस के स्थान पर एसेल्यूलर परटियूसिस टीके का उपयोग कर सकते हैं।

## अरली डेवलपमेन्ट स्टीमूलेशन (शुरुआती विकास के लिए प्रयोग) क्या है? उन्हें कैसे किया जाता है?

शरीर की इन्द्रियों को बढ़ावा दिया जाता है जैसे कि स्पर्श, देखना, श्रुति (सुनना) बच्चे के साथ बात करें। बच्चे को नहलाते या तैयार करते समय बात कीजिए या गाना गाएँ। कोई कविता या नर्सरी गान गाएँ। बच्चे को संगीत सुनाएँ। उसे रंगीन खिलौने (रोशनी या ध्वनी

वाले) खिलौने दें। बच्चे की एक ओर खिलौना लटकाएँ ताकि वह उस ओर मुड़े। बच्चे को उसके हाथ और पाँव दिखाएँ तथा उन्हें हिलाएँ। बच्चे को आइना दिखाएं। बच्चे को आगे और पीछे की ओर चलन प्रोत्साहित करने हेतु खिलौना या घंटी का आवाज करें। बच्चे को खिलाते समय पकड़ें। बच्चे को सौम्यता से छूएँ। सिर को हल्के हाथ से मलें। बच्चे को अन्य भाई-बहन तथा पड़ोस के बच्चों के साथ खेलने में मदद करें।

### विकास आसान है।

- ✓ धैर्य बनाए रखें, बच्चे की निष्फलता से व्यथित न हों।
- ✓ बच्चे को किसी भी समय ट्रेन कर सकते हैं पर यदि खाना खाने के बाद अच्छी अवस्था में है, तो बच्चा अच्छा करेगा।
- ✓ घर में पड़ी कोई आकर्षक चीज का उपयोग किया जा सकता है।
- ✓ दूसरे बच्चे जो उसी उम्र के हों, उन्हें शामिल करें।
- ✓ शुरुआत में बच्चे को जो आता है, उससे करें ताकि बच्चे को सफलता महसूस हो।
- ✓ फिर बच्चे को जो सीखना है, उस तरफ आगे बढ़ें।
- ✓ बच्चे के प्रयासों की प्रशंसा करें।
- ✓ बच्चे के सीखने पर उसे पुरस्कार रूपी बढ़ावा दें।

### क्या दवाइयों की जरूरत है?

**दौरे / झटके:** दौरे / झटके के इलाज हेतु दवाइयाँ इस्तेमाल होती हैं। अभिभावकों को यह दवाइयाँ समय पर देनी है। कई बार कई दवाइयों के पश्चात् भी दौरे / झटके बेकाबू हो सकते हैं।

### बच्चे को दौरा / झटका आने पर क्या करें?


शांति बनाए रखें। कपड़े ढीले कर दें। बच्चे को एक तरफ लिटा दें। मुँह तथा नाक में से सीक्रिशन स्त्राव साफ करें।

ज्यादातर झटके कुछ क्षणों में या एक दो मिनट में अपने आप रूक जाते हैं। यदि वे 4-5 मिनट से अधिक चलें तो दवाइयाँ मुँह से, बक्कल या रेक्टल रास्ते से दी जा सकती है।

**अन्य दवाइयाँ:** हाथ पैर की जकड़न कम करने के लिए दवाइयाँ दी जा सकती हैं। यदि फिर भी जकड़न रहती है तो बोटूलिनम टोक्सिन इन्जेक्शन का प्रयोग किया जा

सकता है। शरीर की असामान्य अवस्था या असामान्य चलन के लिए भी दवाईयाँ दी जा सकती हैं।

## अगर मेरे बच्चों को घर में दौरे आते हैं तो मुझे क्या करना चाहिए?

करना है	नहीं करना है	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• शांति रखें।</li> <li>• अपने बच्चे के पास रहें।</li> <li>• यदि संभव हो तो दौरे शुरूआत और अंत के समय की नोट करें।</li> <li>• तंग कपड़ों को ढीला करें।</li> <li>• बच्चे को चित्र में (नं.1) बताये अनुसार कोई एक तरफ करके रिकवरी स्थिति में लाएँ।</li> <li>• संभवित हानिकारक वस्तुओं से अपने बच्चे को दूर ले जायें जैसे फर्नीचर के तेज कोनों, जल/अग्नि के स्रोतों इत्यादि।</li> <li>• अपने बच्चे के सिर के नीचे कुछ नरम चीज रखें जिससे उसका सिर सतह से ना टकराये।</li> <li>• किसी भी स्राव को नाक से मुँह की दिशा में पोंछें।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• घबराओ मत।</li> <li>• अपने बच्चे को पकड़ने की या नियंत्रित करने की कोशिश मत करो।</li> <li>• अपने बच्चे के मुँह में कुछ भी मत रखें।</li> <li>• ठंडा या गुनगुने पानी में अपने बच्चे को रखके ठंडा करने की कोशिश मत करो।</li> </ul>	
		<p>चित्र 1: रिकवरी पोजीशन</p>

## क्या मैं घर में दौरे को रोकने के लिए कुछ कर सकती हूँ?

याद रखिए ज्यादातर दौरे कुछ ही पल में या एक दो मिनटों में बिना कोई दवाई के अपने आप ही खत्म हो जाते हैं। अगर दौरे 4 से 5 मिनटों से ज्यादा रहते हैं तो दवाईयों के इस्तेमाल करने की जरूरत पड़ती है। सामान्यतः मिदाज़ोलम या डायजेपाम नमक दवाईयाँ उपयोग में ली जाती हैं। इन दवाओं को किसी भी मार्ग से दिया जा सकता है। आप निम्न में से कोई भी तरीके से दौरे को रोक सकते हो।

## कपोल (बक्कल) में मिदाज़ोलम देने की सूचनाएँ

- दवाई की पर्याप्त मात्रा डाक्टर की सलाह अनुसार लें। सुई के साथ संलग्न 2 मिलीलीटर सिरिंज ले। शीशी में सुई (संलग्न सिरिंज के साथ) सम्मिलित दाखल करें। अब शीशी को उल्टी करके सिरिंज को निकाल दें। अगर कोई हवा के बुलबुले हो तो निकाल दें और सुई को भी निकाल दें।

- बच्चे को एक तरफ सुला दें (चित्र नं. 1 के अनुसार)
- हल्के से सिरिंज (सुई के बिना) को बच्चे के मुँह और गाल के बीच में रखें (चित्र नं. 2) धरातल के निकटतम वाले गाल में डालें। एक बार सिरिंज का स्थान पक्का करके धीरे से प्लंजर को धक्का देके दवाई को मुँह में डालें।
- दवाई के बहाव को रोकने के लिए बच्चे के होठों को साथ में 1 से 2 मिनटों के लिए पकड़े रखें।



चित्र 2: मिडाज़ोलम

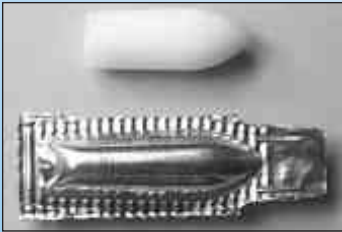


चित्र 3 : बक्कल मिडाज़ोलम

### मलमार्ग में डायजेपाम सपोज़ितरी देने की सूचनाएँ

1. सपोज़ितरी की पर्याप्त मात्रा डॉक्टर की सलाह अनुसार लें।
2. ध्यानपूर्वक सपोज़ितरी को उसके आवरण से निकालें।
3. बच्चे को एक तरफ सुला दें (चित्र नं. 2 के अनुसार) और उसके घुटनें को छाती से लगायें।
4. सपोज़ितरी को मलमार्ग में दाखिल करें।
5. नितम्बों को एक साथ 2 मिनटों के लिए पकड़ें रखें।

इस तरीके से दवाई देने उसका असर आने में 5 से 8 मिनट लग सकते हैं क्योंकि दवाई रक्तप्रवाह में घुलने के बाद कम करती है।



चित्र 4:



चित्र 5 :



## क्या मेरे बच्चे को शल्यक्रिया की आवश्यकता है?

स्नायु की जकड़न के अनुसार और प्रकार पर शल्यक्रिया की जा सकती है। स्नायुओं की जकड़न कम करने के लिए तथा लचीलेपन के लिए और बेहतर नियंत्रण के लिए शल्यक्रिया उचित है। ज्यादातर शल्यक्रिया हिप्स, घुटने तथा ऐंकल के आस-पास की जाती है।

## बच्चे के लिए और क्या करें?

**देखने में समस्या:** आँखों का तिरछा देखना (स्कीवीट) कम देखना, आँखों का हिलना (निस्टेगमस) या आँख की नस का सूखना जैसी समस्याएँ हो सकती हैं। इनके लिए आँखों के विशेषज्ञ का परामर्श लें।

**सुनने में तकलीफ:** ई.एन.टी. विशेषज्ञ द्वारा बच्चे की सुनने की जाँच आवश्यक है। सुनने की मशीन या अन्य समस्याओं का समाधान बच्चे को बोलने में मददरूप रहेगा। स्पीच थेरापिस्ट से बच्चे की बोली में सुधार लाया जा सकता है।

**पढ़ाई / तालीम:** बच्चों को विशेष पाठशालाओं की जरूरत पड़ सकती है। जिनकी बुद्धि सामान्य है वे अन्य बच्चों के साथ सामान्य पाठ शाला में पढ़ सकते हैं।

बच्चों का पुर्नवास घर से शुरू होना चाहिए, संस्थानों में नहीं। परिवार का सहारा बच्चे को विकास में बहुत योगदान देता है। उन्हें बोझ नहीं समझना चाहिए क्योंकि वे भी समाज को उपयोगी हो सकते हैं।

## क्या मेरा बच्चा चल पाएगा?

इस प्रश्न का उत्तर शुरुआत में देना थोड़ा मुश्किल है। सेरेब्रल पाल्सी माइल्ड, मोडरेट या सीवियर हो सकती है। किन्तु सामान्य तौर पर हेमिप्लेजिक सी.पी में लगभग सारे बच्चे, डायप्लेजिक सी.पी. में 75 प्रतिशत तथा कोइप्लेजिक सी.पी. में 25 प्रतिशत बच्चे चल पाते हैं। यदि बच्चा 2 साल तक बैठ पाता है, तो भविष्य में उसके चलने की अच्छी उम्मीद है।

## क्या सेरेब्रल पाल्सी संबंधित कोई कानूनी प्रावधान है?

डिसऐबिलिटी एक्ट के अंतर्गत निम्नलिखित मुद्दों का समावेश हुआ है।

- विकलांगता वाले कोई भी बच्चे को 18 साल तक पढ़ाई के लिए सुविधा उपलब्ध हो
- विशेष शालाओं का स्थापन
- नौकरियों में कुछ पोस्ट की पहचान विकलांगों के लिए
- कोई भेद-भाव नहीं होना चाहिए

- सरकार द्वारा पुनर्वास योजनाओं का गठन
- कोई भेद-भाव नहीं होना चाहिए

## क्या सेरेब्रल पाल्सी की रोकथाम का नियमित परीक्षण।

- गर्भावस्था दौरान माता का नियमित परीक्षण
- गर्भावस्था दौरान नुकसानकारक दवाइयों का इस्तेमाल रोकना
- गर्भावस्था दौरान एक्स-रे न कराना
- अस्पताल में बच्चे का जन्म कराना
- शिशु की शुरुआती समस्याएं जैसे कि पीलिया का सही समय पर उपचार

## रिसर्च / अनुसंधान

दुनिया भर में सेरेब्रल पाल्सी की रोकथाम तथा असर कम करने के लिए और पीड़ितों की जीवनशैली में सुधार लाया जा सके, इस दिशा में अनुसंधान जारी है।

## क्या सेरेब्रल पाल्सी ठीक हो सकती है?

विकासशील अविकसित मस्तिष्क के अपमान के कारण सेरेब्रल पाल्सी होती है। यह ठीक नहीं किया जा सकता है, लेकिन शारीरिक पुनर्वास बच्चे के चलने फिरने की क्षमता को बढ़ाने के लिए लाभदायक होता है।

## सेरेब्रल पाल्सी में उपचार के लक्ष्य क्या हैं?

सेरेब्रल पाल्सी के उपचार के लक्ष्य मोटर फंक्शन को सुधारना है और मस्तिष्क की चोट की मात्रा के आधार पर जितना संभव हो रोज़मर्रा के लिए बच्चे को स्वतंत्र बनाते हैं। कुछ दवाओं का प्रयोग मांसपेशियों की टोन कम करने के लिए किया जाता है और इसलिए शारीरिक पुनर्वास में मदद करता है। एक अन्य महत्वपूर्ण लक्ष्य है साथ होने वाले रोगों का इलाज जैसे कि :

- मिर्गी
- लार गिरना
- खाना खिलाने की समस्याओं
- भेंगापन और नज़र की कमजोरी
- सुनने की कम क्षमता और सुनाई देने वाले यंत्र की ज़रूरत

## सेरेब्रल पाल्सी में किस उपचार से सुधार देखा गया है?

सेरेब्रल पाल्सी में केवल सबसे प्रभावी उपचार शारीरिक पुनर्वास और जो मोटर फंक्शन को सुधारता है। दवाओं का उपयोग बच्चे के टोन और साथ होने वाले रोगों के लिए रोगसूचक उपचार का प्रबंधन करने के लिए किया जाता है।

## क्या कोई सर्जिकल प्रक्रिया बच्चे को ठीक कर सकती है?

सेरेब्रल पाल्सी का पूर्ण इलाज असाध्य है। उपलब्ध उपचार बच्चे की चलने फिरने की क्षमता बढ़ाते हैं। शारीरिक विकलांगता और गतिरोध की स्थिति के व्यक्तिगत आधार पर सर्जिकल प्रक्रियाओं को प्रदान किया जा सकता है।

## सेरेब्रल पाल्सी में शारीरिक पुनर्वास के विकास के लिए नया क्या है?

सेरेब्रल पाल्सी में शारीरिक पुनर्वास के क्षेत्र में निम्नलिखित नए विकास हैं:

- कन्सट्रैन इंडूसेड मूवमेंट थेरेपी (सी.आई.एम.टी.)
- यह हेमिपेटिक सेरेब्रल पाल्सी रोगियों में महत्वपूर्ण लाभ दिखाया गया है।
- वर्चुअल थेरेपी और बायोफीडबैक निरंतर भौतिक और व्यावसायिक चिकित्सा के साथ
- रोबोट की सहायता से न्यूरोहेबिलिटेशन हाल ही में पेश किया गया है लेकिन अभी भी प्रयोगात्मक चरण में है।

## सेरेब्रल पाल्सी में नए उपचार क्या हैं?

बच्चे के शारीरिक और संज्ञानात्मक नतीजे को सुधारने के लिए इस क्षेत्र में कई शोध चल रहे हैं।

आगामी चिकित्सा ये हैं:

- हाइपरबेरिक ऑक्सीजन थेरेपी
- स्टेम सेल थेरेपी

वर्तमान में ये चिकित्सीय विकल्प अभी भी प्रयोगात्मक हैं और नैदानिक अभ्यास में इन्होंने कोई महत्वपूर्ण लाभ नहीं दिखाया है; इसलिए इनकी सिफारिश नहीं की जाती है।

## मॉडिफाइड कांसट्रेंट इनड्यूसड मूवमेंट थेरेपी क्या है?

हेमीपेरेटिक सेरिब्रल पाल्सी (जिसमें शरीर के एक तरफ का हिस्सा कमजोर होता है) में पुनर्वास मुख्य योगदान है तथा मॉडिफाइड कांसट्रेंट इनड्यूसड मूवमेंट थेरेपी की इसमें मुख्य भूमिका है। इस थेरेपी के बुनियादी कदम जान कर माता-पिता और देखभालकर्ता अपने बच्चों के पुनर्वास करने के लिए सशक्त बन सकते हैं।

**सिद्धांत:** स्वस्थ बांह और हाथ को सीमित अवधि के लिए बाधित करने से कमजोर बांह और हाथ के इस्तेमाल को प्रोत्साहन मिलता है। कमजोर बांह और हाथ को अभ्यास और कार्य आधारित प्रशिक्षण की मदद से बेहतर बनाया जा सकता है।

### प्रक्रिया:

**बाधित करना:** स्वस्थ हाथ को कंधे के स्लिंग का उपयोग करके बाधित किया जा सकता है। स्लिंग कई आकारों में उपलब्ध हैं और घर पर एक कपड़े या तौलिए का उपयोग कर स्लिंग बनाया जा सकता है। स्वस्थ हाथ और बांह को शोल्डर स्लिंग में रखा जाता है और स्लिंग की बेल्ट की लंबाई समायोजित किया जाता है। हाथ और उंगलियां स्लिंग के भीतर होनी चाहिए।

**व्यायाम:** कमजोर अंग को कार्य आधारित प्रशिक्षण और विभिन्न अभ्यास द्वारा प्रोत्साहित किया जाता है।

शुरुआत में, बच्चे को मुट्टी खोलने और बंद करने के लिए; कलाई को ऊपर और नीचे करने के लिए; और बार-बार बाजू को सीधा करने के लिए कहा जाता है। बाद में, कमजोर हाथ से गिलास उठाना, शतरंज के काले और सफेद मोहरे अलग करने आदि व्यायाम, सहायक हो सकते हैं। अगर बच्चा आसान गतिविधियां कर लेता है, तो कठिन गतिविधियां करने की सलाह दी जानी चाहिए।

इन अभ्यासों में कमजोर हाथ के साथ एक लकड़ी के बोर्ड से धातु के भरी सिलेंडर उठाना और उन्हें वापस रखना, एक धातु की छड़ पर विभिन्न आकार के परिपत्र डिस्क रखना, तस्वीर में रंग भरना आदि शामिल हैं। इससे हाथ, कलाई, कोहनी और कंधे के कौशल में सुधार लाया जा सकता है।

**चिकित्सा की अवधि:** यह थेरेपी कम से कम 4 सप्ताह के लिए की जानी चाहिए। स्वस्थ बांह और हाथ को प्रतिदिन 3 घंटे के लिए बाधित किया जाता है। लगातार स्वस्थ बांह और हाथ को बाधित करना जरूरी नहीं है और रुक रुक कर भी बाधित किया जा सकता है। स्वस्थ बांह और हाथ को 30 मिनट हर एक बार 6-7 बार प्रत्येक दिन किया जा सकता है।









## CHILD NEUROLOGY DIVISION

Department of Paediatrics  
All India Institute of Medical Sciences, New Delhi



Home | About | Neuromotor Impairments | Epilepsy | Autism | ADHD | Apps | Events | Academic | Parents Corner | Post a Query

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान  
ALL INDIA INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES

CENTER OF EXCELLENCE  
& ADVANCED RESEARCH

बाल तंत्रिका विभाग की ओ पी डी	मंगलवार, एंव शुक्रवार सुबह 9 बजे से	कमरा न. 4, 5, 14
चाईल्ड डेवलपमेंटल क्लिनिक	सोमवार दोपहर 2 बजे से	कमरा न. 5
न्युरॉयस्टिकेरकोसिस क्लिनिक	सोमवार दोपहर 2 बजे से	कमरा न. 11
पेड्स न्युरोलॉजी क्लिनिक	बुधवार दोपहर 2 बजे से	कमरा न. 3, 4, 5
ऑटिज्म क्लिनिक	गुरुवार सुबह 9 बजे से	कमरा न. 12, 13, डी
न्युरो मसल क्लिनिक	शुक्रवार दोपहर 2 बजे से	कमरा न. 3, 4

## पूछताछ के लिए संपर्क करें

प्रोफेसर शोफाली गुलाटी  
प्रमुख, बाल तंत्रिका विज्ञान विभाग  
प्रभारी संकाय, बचपन में तंत्रिका के विकास  
संबंधी रोगों हेतु आधुनिक एवं उन्नत अनुसंधान केंद्र  
बाल रोग विभाग  
अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, नई दिल्ली, भारत  
इ मेल करें [pedneuroaiims@yahoo.com](mailto:pedneuroaiims@yahoo.com)  
[pedneuroaiims@gmail.com](mailto:pedneuroaiims@gmail.com)  
हमारी वेबसाइट पर अपने सवाल पोस्ट करें [www.pedneuroaiims.org](http://www.pedneuroaiims.org)