

# Tulang

Menyebabkan  
penyakit saraf  
stenosis spina

# belakang

METRO. AHAD 16/05/2010 M/S ES

# tersumbat



# Pakar Sakit Kronik

Dr Nizar Abdul Jalil

Hospital Universiti Sains Malaysia

**S**TENOSIS spina ialah sakit saraf disebabkan tulang belakang tersumbat. Jika anda sudah berusia dan pernah berasa sakit pada kaki, kebas, lemah atau kejang ketika berjalan atau bangun dari posisi duduk, mungkin anda berhadapan masalah stenosis spina.

## Apa itu penyakit stenosis spina?

Sejenis sakit belakang yang menjalar turun ke kaki seakan-akan sakit cakera tergelincir tapi berbeza dari beberapa aspek. Ia dikategorikan jenis sakit saraf kerana kualiti sakitnya seperti mencucuk, renjatan elektrik, kebas, kejang, panas dan sebagainya.

Ia merujuk kepada masalah penyempitan di bahagian saluran tengah tulang belakang di mana saraf tunjang akan mengalami risiko himpitan secara mekanikal. Ia juga boleh berlaku pada lubang sisi (foramen) tulang belakang, tempat di mana akar saraf mula keluar dari saraf tunjang.

Himpitan pada saraf tulang belakang ini disebabkan proses penuaan di mana tisu tulang dan ligamen pada dinding saluran tulang belakang akan tumbuh menebal lalu menyempitkan saluran tulang belakang. Secara klinikal, wanita lebih kerap mengalami masalah ini berbanding lelaki dengan nisbah tiga ke satu atau lima ke satu.

Stenosis spina ialah penyakit yang disebabkan proses penuaan pada tulang belakang. Oleh itu ianya hanya berlaku pada orang yang berusia 40 tahun ke atas. Bagaimanapun, bagi orang muda, masalah itu boleh terjadi apabila mereka alami kecederaan pada tulang belakang.

Mereka yang lahir dengan laluan tulang belakang yang sempit juga berisiko berhadapan dengan masalah stenosis spina.

Selain itu ia boleh terjadi disebabkan faktor berikut:

- Penebalan ligamen flavum.
- Tumor/kanser
- Jangkitan seperti tibi.
- Patah tulang belakang.
- Kelonggaran tulang belakang.
- Kesan pembedahan tulang belakang pada masa lalu.

## Apa gejala stenosis spina?

Pesakit akan mengalami gejala sakit belakang dan sakit saraf yang menjalar turun ke kaki. Kadang kala pesakit akan rasa kejang atau kebas pada betis, jari atau tapak kaki. Ada kala pada peringkat lebih serius ia boleh membawa kepada rasa lemah pada kaki atau menyebabkan gangguan kencing dan buang air besar.

Disebabkan pesakit akan memberi gejala sakit belakang dan sakit saraf yang menjalar turun ke kaki, ianya mirip sakit cakera tergelincir. Namun ia sebenarnya berbeza dari tiga aspek:

1. Pesakit sudah berusia (50 tahun ke atas)
2. Rasa sakit akan datang (sakit belakang turun ke kaki) apabila berjalan dan hilang bila duduk rehat sebentar, dan timbul semula bila pesakit kembali berjalan.
3. Membongkok ke hadapan akan melegakan rasa sakit, manakala menegakkan badan (atau badan tertolak sedikit ke belakang) seperti menaiki tangga akan menambahkan rasa sakit.

Selalunya stenosis spina terjadi di bahagian bawah tulang belakang (lumbar). Tetapi ia boleh berlaku juga pada tulang tengkuk. Jika pe-

nyakit ini berlaku pada tengkuk, pesakit akan memberi gejala sakit belakang tengkuk dan sakit saraf yang menjalar turun ke tangan atau jari. Kadang pesakit akan merasa kejang atau kebas pada jari, bahu atau lengan.

## Apakah rawatan untuk stenosis spina?

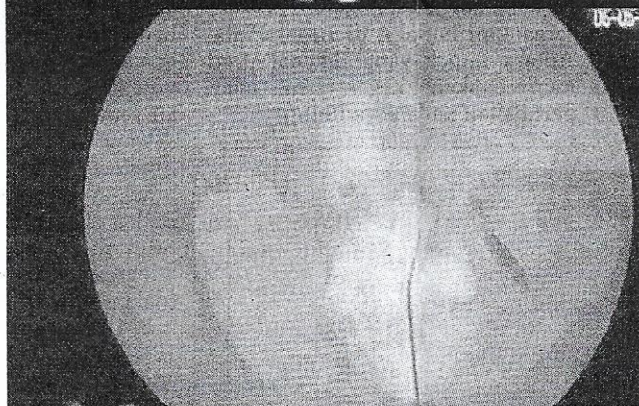
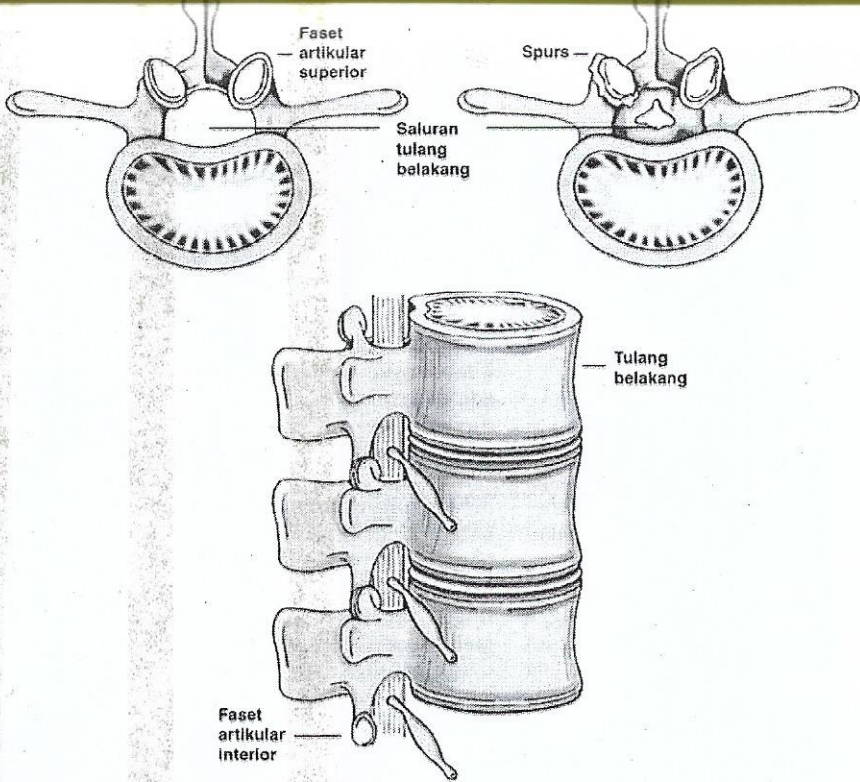
Kebanyakan gejala sakit dari stenosis spina stenosis boleh dihilangkan dengan kaedah rawatan konservatif (bukan pembedahan) seperti ubatan, senaman khusus atau terapi fizikal. Tetapi dalam kes yang lebih serius ia mungkin memerlukan pembedahan bagi melonggarkan saraf yang terselit.

## Rawatan Konservatif (bukan pembedahan)

- Ubat anti radang bukan steroid (NSAIDs). Biasanya membabitkan ubat yang boleh dibeli di kaunter seperti celebrex atau ibuprofen.
- Ubat penahan sakit seperti paracetamol, tramadol, oxycontin.
- Ubat saraf seperti gabapentin atau amitriptyline.
- Pengambilan makanan tambahan.
- Berehat atau mengehadkan aktiviti yang boleh mencetuskan simptom.
- Terapi fizikal seperti tuam panas, TENS. Senaman yang khusus.
- Pemakaian alat bantuan seperti korset.
- Suntikan epidural steroid atau epiduroplasti.

## Bila pembedahan perlu dilakukan?

1. Bila rawatan konservatif (tanpa pembedahan gagal selepas enam bulan)
2. Berlaku sindrom kauda ekuina. Iaitu hilang kawalan pundi kencing dan berak. Ia terjadi di kalangan 3-4 peratus pesakit.
3. Berlakunya perubahan fungsi saraf secara tiba-tiba, contohnya kaki tiba-tiba jadi



mampu memandu keretanya pulang dari Kota Bharu ke Kuala Lumpur dengan selesa.

**Kes 2**

Seorang ahli perniagaan lelaki berusia 48 tahun mengalami sakit pinggang yang kronik selama tiga bulan. Sakit belakangnya dirasakan menjalar turun ke kaki ketika beliau mula berjalan. Sakit pada kakinya akan hilang apabila beliau rehat dan duduk sebentar. Beliau terpaksa duduk rehat beberapa kali walaupun untuk berjalan sejauh 50 meter. Ini menyebabkan beliau tidak boleh berjalan jauh. Beliau rasa selesa dalam posisi membongkok bila berjalan kerana kesakitan akan lebih teruk dalam posisi belakang yang menegak. Malah beliau tidak boleh berbaring lama atau meluruskan kaki bila tidur di katil. Beliau hanya boleh tidur malam hari dalam posisi duduk di kerusi sambil memeluk bantal.

Beliau dimasukkan ke hospital swasta untuk rawatan. Siasatan MRI menunjukkan beliau mengalami penyakit tulang belakang yang teruk yang dikenali sebagai stenosis spina. Memandangkan beliau memilih rawatan tanpa pembedahan sebagai keutamaan, maka beliau dirujuk kepada saya. Rawatan epiduroplasti yang mengambil masa hanya setengah jam mampu menyelesaikan masalahnya.

Dua hari selepas prosedur dilakukan beliau merasa kelegaan yang ketara dari sakitnya sebelum ini. Beliau boleh bergerak bebas tanpa sekatan. "Satu nikmat kelegaan yang sudah lama ditunggu-tunggu," katanya.

lemah disamping rasa sakit atau kebas sebelum itu.

**Kes 1**

Seorang pesara berumur 60 tahun mengalami sakit tengkuk yang kronik. Sakit seperti mencucuk dan kejang seperti mencucuk dan kejang dirasakan menjalar turun pada kedua-dua lengan dan jari manis dan kelingkingnya. Selain itu, beliau juga menghadapi sakit darah tinggi dan penyakit jantung iskemia. Pembedahan pintasan jantung koronari sudah dilakukan dua tahun lalu. Beliau sukar tidur malam disebabkan sakit yang alami tidak dapat dikawal dengan ubat penahan sakit biasa.

Beliau dirawat doktor pakar ortopedik pusat perubatan swasta di Kuala Lumpur. Berdasarkan MRI dan imbasan CT, diagnosis stenosis spina tulang tengkuk dibuat. Seterusnya doktor mencadangkan pembedahan pada tulang tengkoknya.

Memandangkan risiko pembedahan yang besar maka beliau memutuskan untuk mencuba suntikan epiduroplasti selepas mendapat maklumat melalui akhbar Harian Metro.

Saya memberikan suntikan epiduroplasti pada lehernya. Syukur pesakit ini sembuh sepenuhnya keesokan harinya tanpa perlu melakukan pembedahan. Malah pesakit