

## ไม่อยากจะเป็น...เช่นนี้เลย....

นำเสนอเมื่อ : 27 ม.ค. 2552



คุณยายเปี่ยม อายุ 60 ปี ใช้ชีวิตอยู่กับสามีอย่างมีความสุขวางแผนว่าจะเดินทางท่องเที่ยวรอบโลกตามที่ตั้งใจไว้ ขณะยืนขึ้นรู้สึกเจ็บเข้าด้านซ้ายขึ้นมา พอลองยืดดูอาการก็หายไปจนไม่ไดสนใจอะไร ต่อมาเวลาผ่านไปอาการเจ็บเข้าเป็นมากขึ้น และรู้สึกขาไม่มีแรงทำให้นัดเที่ยวที่เคยวางแผนไว้กับสามีก่อนหน้าต้องถูกยกเลิกไป สามีพาคุณยายไปเอกซเรย์ที่เข้า

พบว่า เข้ามีสภาพสึกกร่อนอย่างมาก คุณหมอบอกว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม เป็นโรคที่เกิดจากการที่กระดูกอ่อนผิวข้อต่อของเขาสึกกร่อนและถูกทำลายลง ส่งผลให้เกิดความเจ็บปวดที่เข่าขึ้นวิธีที่สำคัญที่สุดที่จะช่วยป้องกันจากโรคข้อเข่าเสื่อมนี้ก็คือ การออกกำลังกายเพื่อโหม่งกายแข็งแรงอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการทำกายภาพบำบัด ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อลดความเจ็บปวดของข้อเข่า และบริหารกล้ามเนื้อรอบ ๆ ข้อเข่าใหม่มีความแข็งแรง เมื่อกล้ามเนื้อมีความแข็งแรง จะช่วยรับน้ำหนักของร่างกายได้อย่างมั่นคงทำให้ข้อต่อไม่หลวมไม่สึกหรองง่าย เพราะเมื่อข้อต่อสึกหรอง จะทำให้ข้อหัวเข่าหลวมกว่าปกติ ทำให้รู้สึกขาไม่มีแรง เพราะกล้ามเนื้อรอบ ๆ ข้อเข่าอ่อนตัวร่วมกับอาการปวดทำให้ไม่อยากออกไปเที่ยว หรือช้อปปิ้ง

6 เดือนผ่านไป คุณยายได้ทำกายบริหารอย่างสม่ำเสมอ รู้สึกว่าเข้าแข็งแรงขึ้น เดินเห็นได้กระฉับกระเฉงดี แต่เวลาขึ้นหรือลงบันได ก็ยังมีอาการเสียวแปลบ ที่ด้านในหัวเข่าชายอยู่เหมือนเดิม

สามีคุณยายเห็นว่าอาการของคุณยายเป็นมานานแล้ว จึงพาไปโรงพยาบาล เห็นมีวิธีการรักษาอยู่หลายวิธี ทั้งการส่องกล้องจะเข้าเป็นรูเล็ก ๆ แลวกก็มองผ่านจอโทรทัศน์ดูสภาพภายในข้อเข่าสึกหรองมากแค่ไหนแล้ว หรือการเปลี่ยนข้อเทียม ตัวคุณยายเองก็ยังไม่อยากจะทำถึงขนาดนั้น เพราะคิดว่า อาการข้อที่เสื่อมยังพอรับได้ และไม่อยากมีอะไรแปลกปลอมเข้าไปอยู่ในร่างกายตัวเอง

ได้ยินคุณหมอบอกว่ามีวิธีการรักษาข้อเสื่อมของคุณยายโดยการ “ผ่าตัดตัดเข้า” ก็สงสัยอยู่ว่าเป็นยังไง คุณหมอบอกโดยอธิบายให้ทราบว่าเป็นการผ่าตัดที่มีข้อเข่าเทียม HTO ที่ปัจจุบันมีการผ่าตัดโดยแพทย์บางท่าน โดยเฉพาะการผ่าตัดแบบเหมือนรูปโดม และยึดตรึงกระดูกไว้ด้วยเหล็กลักษณะคล้ายเสาอากาศทีวีเล็ก ๆ กระทำโดยแพทย์อาวุโสบางท่าน ซึ่งมีข้อดีหลายประการ ได้แก่ ค่าใช้จ่ายถูกกว่าการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเทียมภาวะแทรกซ้อนน้อยและไม่รุนแรง หลังจากที่แผลหายสมบุรณ์ ก็สามารถกลับไปทำงาน หรือเล่นกีฬาได้เหมือนเดิม

นอกจากนั้น คุณหมอยังเล่าให้ฟังอีกว่า วิธีนี้เกิดขึ้นครั้งแรกในปี พ.ศ. 2501 โดยนายแพทย์ Jackson ได้รายงานการผ่าตัด HTO ไว้ว่า

ใช้ในการรักษาอาการปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม ซึ่งการทำ HTO อาศัยหลักการกระจายน้ำหนักที่ลงไปยังข้อเข่าด้านที่มีการสึกกร่อน ซึ่งมักเป็นข้อด้านใน (เหมือนของคุณยาย) ไปยังข้อเข่าด้านที่ยังเป็นปกติ ซึ่งมักเป็นด้านตรงข้าม และหลังทำการรักษาพบว่า ข้อเข่าด้านที่แคบจะกว้างขึ้นได้ รวมถึงลักษณะงู้น้ำไตกระดูกอ่อนจะหายไปเมื่อแรงกดที่ทำต่อข้อเข่าด้านที่สึกกร่อนลดลง ใครเหมาะที่จะทำการรักษาโดยวิธีนี้บ้าง ผู้ที่เหมาะสมที่จะทำการผ่าตัด HTO ได้แก่ ผู้ที่มีอาการปวดเข่าด้านในด้านเดียว โดยที่ผิวข้อด้านตรงข้ามยังสมบูรณ์เป็นปกติอยู่ และกระดูกตองไม่พรุน ซึ่งการรักษาวิธีนี้จะได้ผลดี สิ่งสำคัญขึ้นอยู่กับการเลือกผู้ช่วยที่เหมาะสม สุดท้าย คุณยายเปี่ยมเลือกที่จะรักษาโดยวิธีการผ่าตัดตัดเข้า และหลังจากนั้นคุณยายก็มีความสุข ได้ทำกิจวัตรประจำวันได้อย่างมีความสุข และที่สำคัญสามารถวางแผนไปท่องเที่ยวได้ตามที่สัญญาว่าคุณตาไว้

ข้อมูลจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันเอก นายแพทย์จิระเดช ตุงคะเศรณี ศัลยแพทย์ กระดูกและข้อ.

ขอขอบคุณเนื้อหาข่าว คุณภาพดี โดย: หนังสือพิมพ์เดลินิวส์

ไม่อยากตัดเข้า หรือทานยาประจำ เชิญ คลิก!!!

<http://yim-health.blogspot.com>

<http://submit-submit.blogspot.com>

<http://submit.iblog.co.th>