ไม่อยากจะเป็น...เช่นนี้เลย....

นำเสนอเมื่อ : 27 ม.ค. 2552



คุณยายเปี่ยม อายุ 60 ปี ใช้ชีวิตคู่กับสามีอย่างมีความสุข
วางแผนว่าจะเดินทางท่องเที่ยวรอบโลกตามที่ตั้งใจไว้ ขณะยืนขึ้นรู้สึกเจ็บเข่าด้านซ้ายขึ้นมา พอลองยืดดูอาการก็หายไป
จนไม่ได้สนใจอะไร ตอมาเวลาผ่านไปอาการเจ็บเข่าเป็นมากขึ้น และรู้สึกเข่าไม่มีแรง
ทำให้นัดเที่ยวที่เคยวางแผนไว้กับสามีก่อนหน้านี้ต้องถูกยกเลิกไป สามีพาคุณยายไปเอกซเรย์ที่เข่า

พบว่า เข่ามีสภาพสึกกร่อนอย่างมาก คุณหมอบอกว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม
เป็นโรคที่เกิดจากการที่กระดูกอ่อนผิวข้อต่อของเข่าสึกกร่อนและถูกทำลายลง ส่งผลให้เกิดความเจ็บปวดที่เข่าขึ้น
วิธีที่สำคัญที่สุดที่จะช่วยป้องกันจากโรคข้อเข่าเสื่อมนี้ได้ก็คือ
การออกกำลังกายเพื่อให้รางกายแข็งแรงอยู่เสมอนั่นเอง รวมทั้งการทำกายภาพบำบัด
ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อลดความเจ็บปวดของข้อเข่า และบริหารกล้ามเนื้อรอบ ๆ ข้อเข่าให้มีความแข็งแรง
เมื่อกล้ามเนื้อมีความแข็งแรง จะช่วยรับน้ำหนักของร่างกายได้อย่างมั่นคงทำให้ข้อต่อไม่หลวมไม่สึกหรอง่าย
เพราะเมื่อข้อต่อสึกหรอ จะทำให้ข้อหัวเข่าหลวมกว่าปกติ ทำให้รู้สึกว่าขาไม่มีแรง เพราะกล้ามเนื้อรอบ ๆ ข้อหย่อนตัว
รวมกับอาการปวดทำให้ไม่อยากออกไปเที่ยว หรือชอปปิง

6 เดือนผ่านไป คุณยายได้ทำกายบริหารอย่างสม่ำเสมอ รู้สึกว่าเข่าแข็งแรงขึ้น เดินเหินได้กระฉับกระเฉงดี
แต่เวลาขึ้นหรือลงบันได ก็ยังมีอาการเสียวแปลบ ที่ด้านในหัวเข่าซ้ายอยู่เหมือนเดิม

สามีคุณยายเห็นว่าอาการของคุณยายเป็นมานานแล้ว จึงพาไปโรงพยาบาล เห็นมีวิธีการรักษาอยู่หลายวิธี
ทั้งการส่องกล้องเจาะเข่าเป็นรูเล็ก ๆ แล้วก็มองผ่านจอโทรทัศน์ดูสภาพภายในข้อว่าสึกหรอมากแค่ไหนแล้ว
หรือการเปลี่ยนข้อเทียม ตัวคุณยายเองก็ยังไม่อยากจะทำถึงขนาดนั้น เพราะคิดว่า อาการข้อที่เสื่อมยังพอรับได้
และไม่อยากมีอะไรแปลกปลอมเข่าไปอยู่ในร่างกายตัวเอง

ได้ยินคุณหมอบอกว่ามีวิธีการรักษาข้อเสื่อมของคุณยายโดยการ "ผ่าตัดดัดเข่า" ก็สงสัยอยู่ว่าเป็นยังไง
คุณหมอได้อธิบายให้ทราบว่า เป็นการผ่าตัดที่มีชื่อย่อว่าการผ่าตัด HTO ที่ปัจจุบันมีการผ่าตัดโดยแพทย์บางท่าน
โดยเฉพาะการผ่าตัดแบบเหมือนรูปโดม และยึดตรึงกระดูกไว้ด้วยเหล็กลักษณะคล้ายเสาอากาศทีวีเล็ก ๆ
กระทำโดยแพทย์อาวุโสบางท่าน ซึ่งมีข้อดีหลายประการ ได้แก่ ค่าใช้จ่ายถูกกว่าการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเทียม
ภาวะแทรกซ้อนน้อยและไม่รุนแรง หลังจากที่แผลหายสมบูรณ์ ก็สามารถกลับไปใช้งาน หรือเล่นกีฬาได้เหมือนเดิม

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

ใช้ในการรักษาอาการปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม ซึ่งการทำ HTO
อาศัยหลักการกระจายน้ำหนักที่ลงไปยังข้อเข่าด้านที่มีการสึกกร่อน ซึ่งมักเป็นข้อด้านใน (เหมือนของคุณยาย)
ไปยังข้อเข่าด้านที่ยังเป็นปกติ ซึ่งมักเป็นด้านตรงข้าม และหลังทำการรักษายังพบว่า ข้อเข่าด้านที่แคบจะกว้างขึ้นได้
รวมถึงลักษณะถุงน้ำใต้กระดูก ออนจะหายไปเมื่อแรงกดที่ทำต่อข้อเข่าด้านที่สึกกร่อนลดลง
ใครเหมาะที่จะทำการรักษาโดยวิธีนี้บ้าง ผู้ที่เหมาะสมที่จะทำการผ่าตัด HTO ได้แก่ ผู้ที่มีอาการปวดเข่าด้านในด้านเดียว
โดยที่ผิวข้อด้านตรงข้ามยังสมบูรณ์เป็นปกติอยู่ และกระดูกต้องไม่พรุน ซึ่งการรักษาวิธีนี้จะได้ผลดี
สิ่งสำคัญขึ้นอยู่กับการเลือกผู้ป่วยที่เหมาะสม สุดท้าย คุณยายเปี่ยมเลือกที่จะรักษาโดยวิธีการผ่าตัดดัดเข่า
และหลังจากนั้นคุณยายก็มีความสุข ได้ทำกิจวัตรประจำวันได้อย่างมีความสุข
และที่สำคัญสามารถวางแผนไปท่องเที่ยวได้ตามที่สัญญากับคุณตาไว้

ข้อมูลจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันเอก นายแพทย์จิระเดช ตุงคะเศรณี ศัลยแพทย์ กระดูกและข้อ.

ขอขอบคุณเนื้อหาข่าว คุณภาพดี โดย: หนังสือพิมพ์เดลินิวส์

ไม่อยากตัดเข่า หรือทานยาประจำ เชิญ คลิ๊ก!!!

http://yim-health.blogspot.com

http://submit-submit.blogspot.com

http://submit.iblog.co.th