



มะเร็งแพร่กระจายมาที่กระดูก รักษาได้



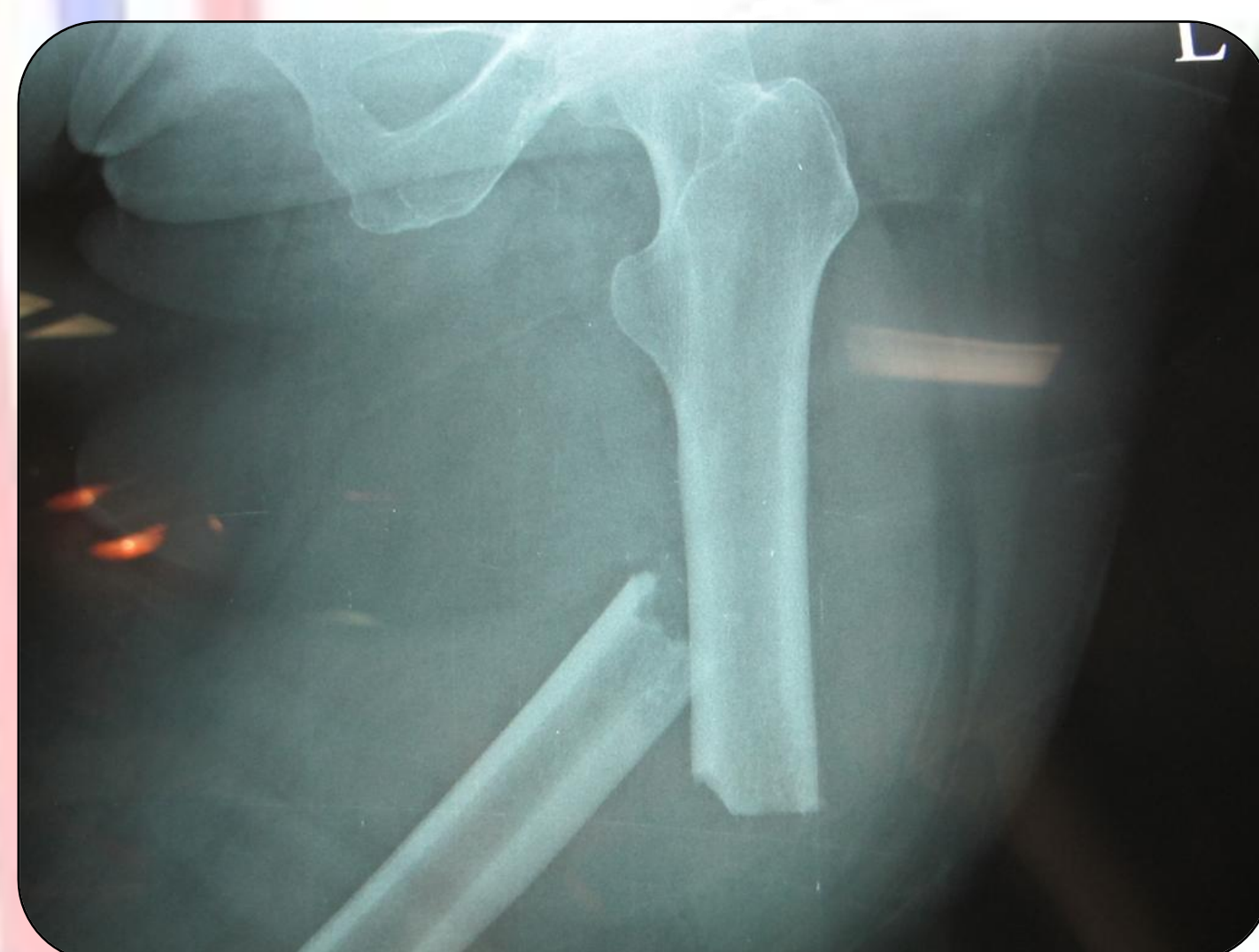
จัดทำโดย หน่วยวิทยานิพนธ์ออกทางออร์ปิดิกส์ ภาควิชาออร์ปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
คณะผู้ดำเนินการ อ.นพ.กฤษณ์ เจริญลาภ, อ.นพ.ชินดนัย หงสประภาส

มะเร็งชนิดไหนสามารถกระจายลุกลามมาที่กระดูก ?

มะเร็งทุกชนิดสามารถกระจายมาที่กระดูกได้ โดยมี มะเร็ง 5 ชนิดที่พบว่ากระจายมาที่กระดูกได้บ่อย คือ มะเร็งต่อมธัยรอยด์ ไต ต่อมลูกหมาก ปอด และ เต้านม

มะเร็งกระจายมาได้อย่างไร ?

เนื่องจากกระดูกเป็นอวัยวะที่มีขนาดใหญ่เป็นโครงร่างของร่างกาย และมีเลือดมาหล่อเลี้ยงเยอะ มะเร็งหลายชนิดที่แพร่กระจายทางกระแสเลือดได้จึงสามารถลุกลามมาที่กระดูกได้



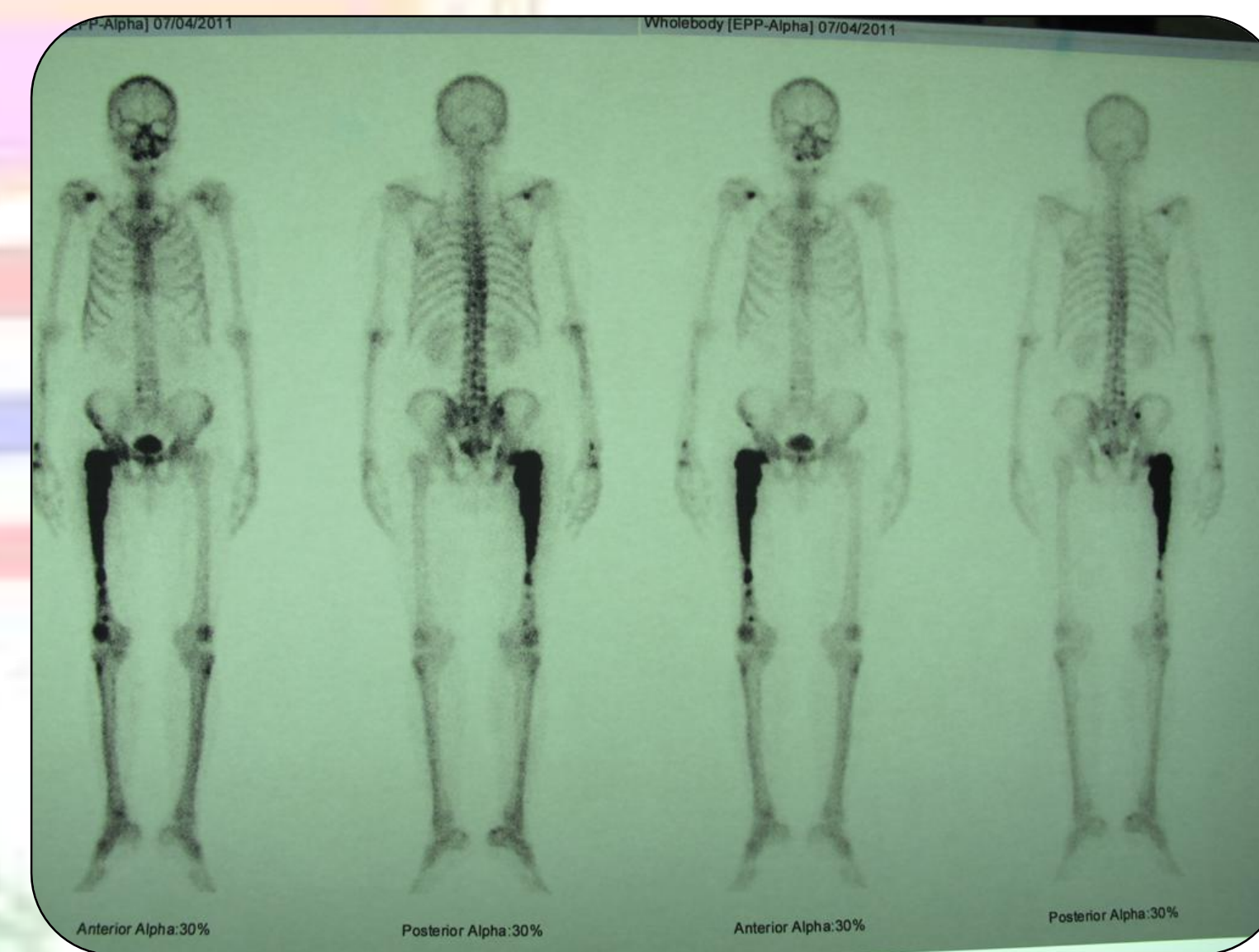
มะเร็งกระจายมาที่กระดูกมีอาการอย่างไรบ้าง ?

แบบที่ 1 คือ ทราบว่าตนเองเป็นมะเร็งแล้ว ในระยะเริ่มต้นจะไม่มีอาการใดๆ ต่อมาเมื่อมะเร็งเริ่มเติบโตในกระดูกมากขึ้นจะมีอาการปวดกระดูก และ ถ้าตรวจไม่พบหรือไม่ได้รับการรักษาอาจทำให้เกิดการหักของกระดูก

แบบที่ 2 คือ มีการหักของกระดูกโดยไม่ทราบสาเหตุ แล้วตรวจพบว่าเป็นมะเร็งกระจายลุกลามซึ่งต้องตรวจเพิ่มเติมเพื่อหาว่าเป็นมะเร็งชนิดไหน

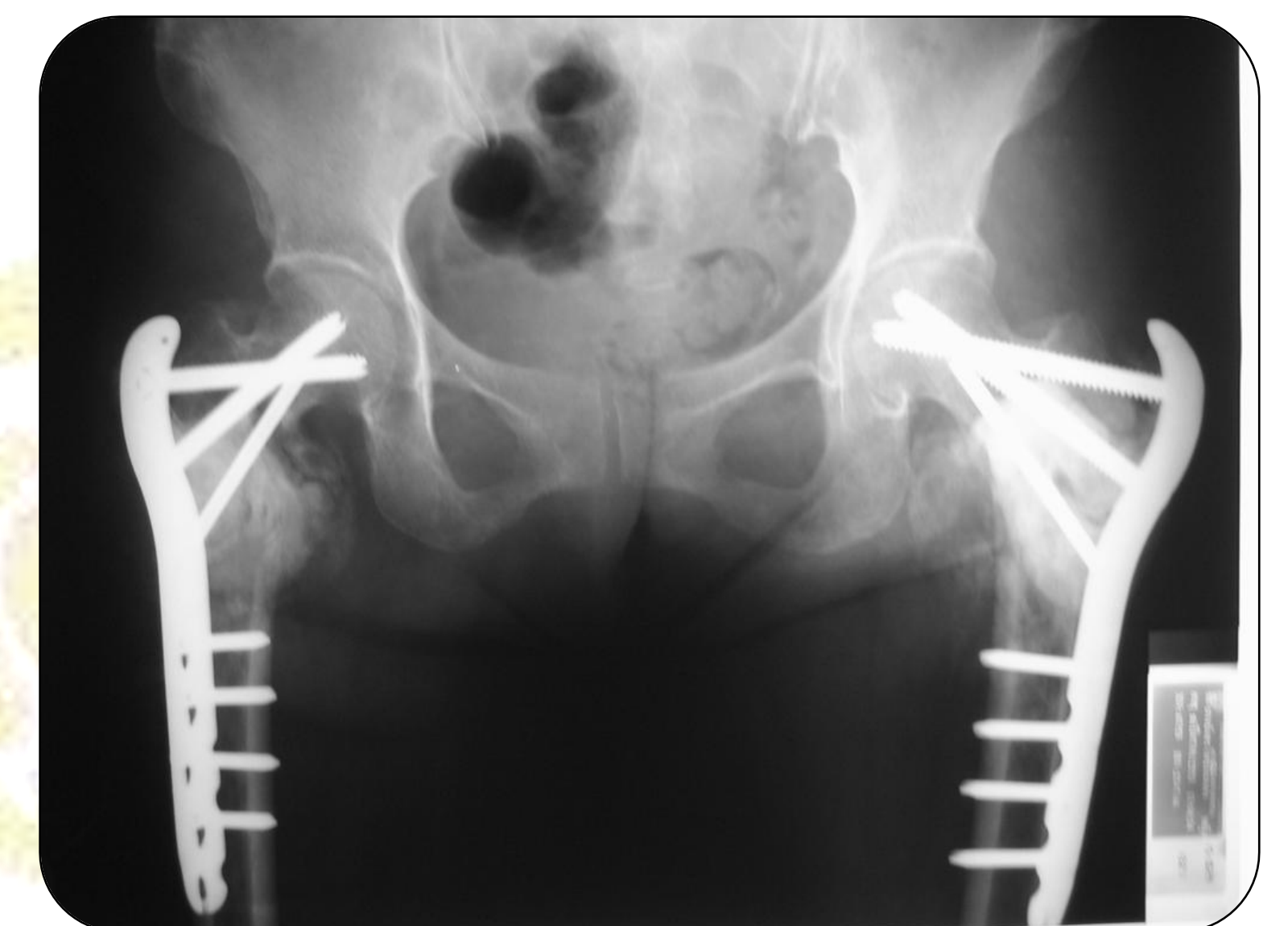
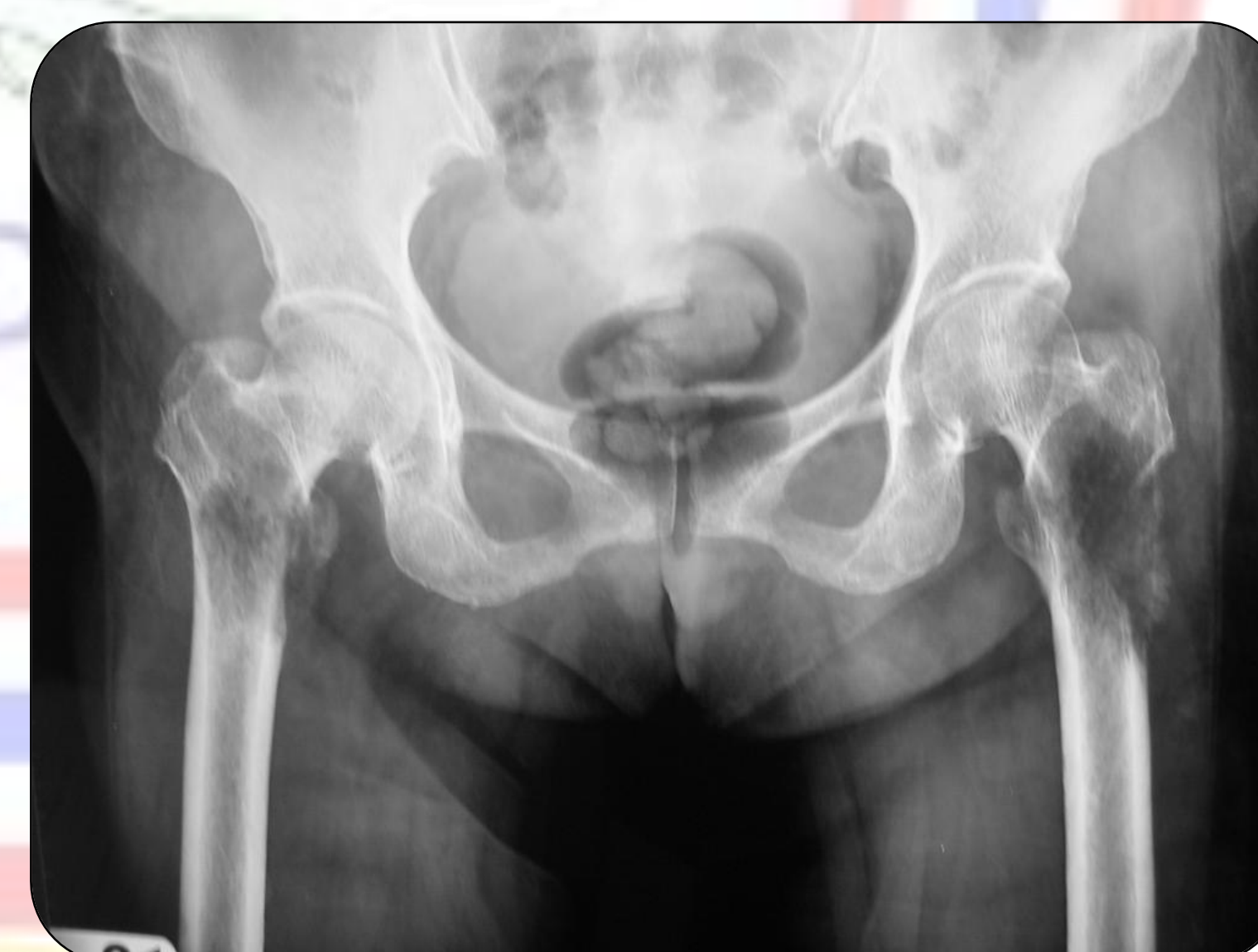
จะตรวจหามะเร็งที่กระจายมาที่กระดูกได้อย่างไร ?

ตรวจพบได้โดยการตรวจภาพถ่ายรังสี และการสแกนกระดูก (bone scan) ถ้ายังไม่ทราบว่าเป็นมะเร็งชนิดไหนก็จะต้องตรวจร่างกายทุกระบบ ส่งภาพถ่ายรังสีคอมพิวเตอร์ และ ตรวจเลือด เพื่อหาต้นตอของมะเร็งนั้น



ถ้าพบว่ามีมะเร็งกระจายมาที่กระดูกแล้วจะรักษาอย่างไร ?

มีความเชื่อแบบผิดๆว่าเมื่อมะเร็งกระจายมาที่กระดูกแล้วไม่จำเป็นต้องรักษาหรือรักษาไม่ได้เพราะเป็นระยะสุดท้ายแล้วนั้น ในความเป็นจริงสามารถรักษาได้โดย ให้ยาทางเส้นเลือดเพื่อป้องกันการหัก ถ้ายังไม่หักแต่ใกล้จะหักก็สามารถผ่าตัดยึดตรึงกระดูกนั้นได้



โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์เป็นโรงพยาบาลที่มีความพร้อมในการรักษาโรคมะเร็งทุกชนิดอย่างครบวงจร โดยมีอาจารย์แพทย์ผู้เชี่ยวชาญจากหลายแผนก ร่วมกันทำงานเป็นทีมเพื่อให้การรักษาที่ดีที่สุด ถ้าท่านต้องการปรึกษาเรื่องเกี่ยวกับเนื้องอก หรือ มะเร็งกระดูก สามารถนัดปรึกษากับ คลินิกเนื้องอกกระดูก ได้ทุกวันศุกร์ เวลา 13.00-16.00 (เว้นวันหยุดราชการ)



โรคมะเร็งกระดูก รักษาได้ โดยไม่ต้องตัดขา



จัดทำโดย หน่วยวิทยาเนื้องอกทางออร์โธปิดิกส์ ภาควิชาออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
คณะผู้ดำเนินการ อ.นพ.ชินดนัย หงสประภาส อ.นพ.ภุชงค์ เจริญลาภ

โรคมะเร็งกระดูกคืออะไร ?

โรคมะเร็งกระดูกคือมะเร็งที่เกิดจากเซลล์กระดูกเจริญเติบโตผิดปกติกลายเป็นเนื้องอก ถือเป็นมะเร็งที่พบได้น้อย โดยพบน้อยกว่า 1% ของผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งทั้งหมด ซึ่งถ้าเกิดจากเซลล์ของเนื้อเยื่อกระดูกเองจะเรียกว่า โรคมะเร็งกระดูกปฐมภูมิ (Primary malignant bone tumor) แต่ถ้าเกิดจากโรคมะเร็งชนิดอื่น ๆ แล้วแพร่กระจายเข้าสู่กระดูกจะเรียกว่า โรคมะเร็งกระดูกทุติยภูมิ (Secondary malignant bone tumor or metastatic bone tumor) โดยในที่นี่ จะกล่าวถึงเฉพาะโรคมะเร็งกระดูกปฐมภูมิ

โรคมะเร็งกระดูกมีอาการอย่างไร ?

1. คลำได้ก้อนเนื้อบริเวณกระดูก เกิดการทำลายกระดูกโดยเซลล์มะเร็ง และอาจเป็นสาเหตุทำให้กระดูกหักได้
2. มีอาการปวดโดยเฉพาะปวดตอนกลางคืน
3. มีการติดขัดของการใช้ข้อ หรือข้อยึดติด
4. เมื่อโรคลุกลาม อาจมีก้อนเนื้อแตกเป็นแผลเลือดออกเรื้อรัง หรือโรคแพร่กระจายเข้าไขกระดูก ก่อให้เกิดภาวะ ชีด และอ่อนเพลีย บางครั้งอาจมีไข้ต่ำ ๆ ได้

โรคมะเร็งกระดูกรักษาได้อย่างไร ?

การรักษาโรคมะเร็งกระดูกเป็นการรักษาโดยทีมแพทย์สหสาขา (Multidisciplinary approach) อันประกอบไปด้วย พยาธิแพทย์ แพทย์รังสีวินิจฉัย แพทย์รังสีรักษา อายุรแพทย์ด้านมะเร็ง และศัลยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ในโรคมะเร็งกระดูกบางชนิดอาจใช้วิธีการผ่าตัดรักษาเพียงอย่างเดียว แต่บางชนิดอาจใช้วิธีควบคู่กันทั้ง การให้ยาเคมีบำบัด การผ่าตัด และการใช้รังสีรักษา

ถ้าเป็นโรคมะเร็งกระดูกแล้ว ต้องถูกตัดขาเท่านั้นจริงหรือ ?

ไม่จริง การผ่าตัดรักษาโรคมะเร็งกระดูก จะทำการตัดกระดูกและเนื้อเยื่อรอบข้างออก ซึ่งส่วนใหญ่สามารถผ่าตัดเอาเนื้องอกออกได้โดยไม่ต้องตัดแขนหรือขาที่เป็นโรค หลังจากนั้นจะใส่โลหะข้อเทียมหรือกระดูก มาแทนที่กระดูกที่ถูกตัดออกไป แต่จะมีผู้ป่วยบางรายเท่านั้นที่อาจจำเป็นต้องตัดแขนหรือขา อันเนื่องมาจากก้อนเนื้องอกมีขนาดใหญ่มาก มีการทำลายเส้นเลือดและเส้นประสาทใหญ่ข้างเดียว จนไม่สามารถผ่าตัดเก็บแขนหรือขาข้างนั้นไว้ได้

ทางเลือกในการผ่าตัดรักษามะเร็งกระดูกมีอะไรบ้าง ?

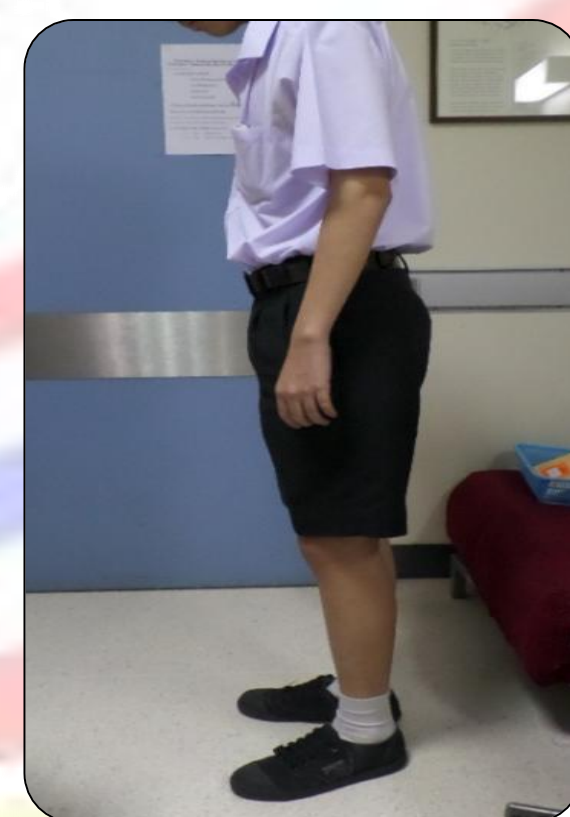
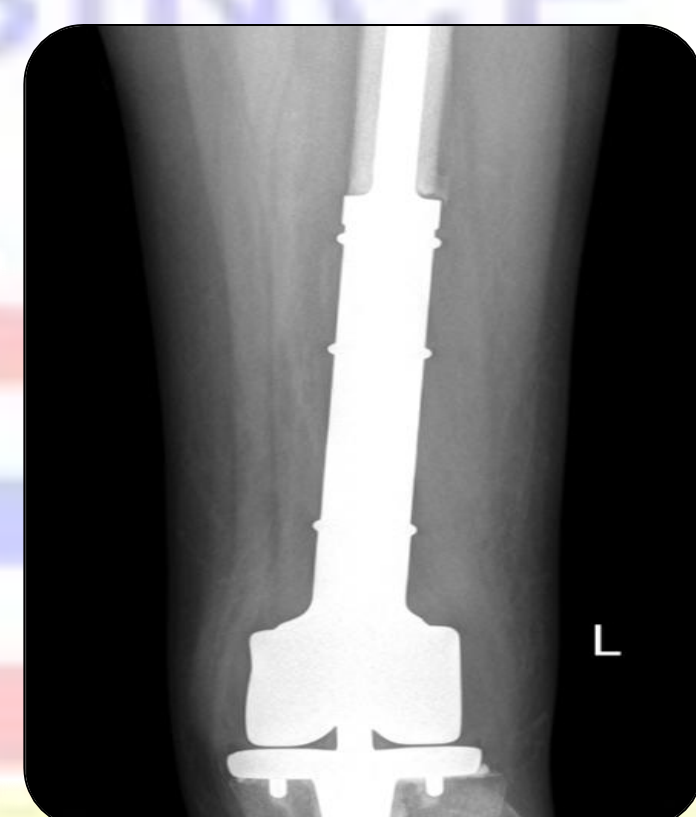
ในปัจจุบันมีวิวัฒนาการในการรักษาที่พัฒนาขึ้นมากทำให้มีทางเลือกมากขึ้น ในแต่ละวิธีก็มีข้อดีข้อเสียแตกต่างกันไป โดยมีทางเลือกหลัก ๆ ดังนี้

1. ข้อโลหะเทียมชนิดพิเศษ มีความแข็งแรง ทนทาน ผู้ป่วยสามารถใช้งานได้ตามที่ภายหลังได้รับการผ่าตัด แต่มีราคาแพงมาก โดยเฉลี่ยอยู่ที่ราคาประมาณ 400,000 บาท
2. กระดูกบริจาต เป็นกระดูกในตำแหน่งเดียวกับที่เป็นโรค แต่นำมาจากผู้บริจาคร่างกายท่านอื่น ๆ ผ่านกรรมวิธีฆ่าเชื้อแล้วเก็บไว้ใน ธนาคารกระดูก ก่อนนำมาใส่แทนที่กระดูกที่ตัดออกไป
3. กระดูกในตำแหน่งอื่น ๆ ของร่างกายเช่น กระดูกน่อง (Fibula) ของขาอีกข้าง หลังนำมาใส่แทนที่กระดูกที่ตัดออกไปแล้ว แล้วต้องรอระยะเวลาให้กระดูกเชื่อมติดก่อนถึงจะสามารถใช้งานได้เต็มที่
4. กระดูกชิ้นที่เป็นมะเร็งที่ผ่าตัดออกมาแล้วนำไปผ่านกรรมวิธีเพื่อทำลายเซลล์มะเร็ง เช่น การใช้รังสีรักษา การใช้ความเย็นจากไนโตรเจนเหลว การใช้ความร้อนโดยการต้ม หรือหนึ่งในอุณหภูมิที่พอเหมาะ จากนั้นนำมาผ่าตัดใส่คืนในตำแหน่งเดิม
5. การใช้ข้อโลหะเทียมชนิดธรรมดาพร้อมกับกระดูกบริจาตหรือกระดูกที่ผ่านกรรมวิธีเพื่อทำลายเซลล์มะเร็งแล้ว ผู้ป่วยจะสามารถมีผิวข้อที่ใช้งานได้ทนทานมากขึ้น โดยเสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่าข้อโลหะเทียมชนิดพิเศษ โดยเฉลี่ยอยู่ที่ราคาประมาณ 100,000 บาท

ถ้าสงสัยว่าเป็นมะเร็งกระดูก ต้องทำอย่างไร ?

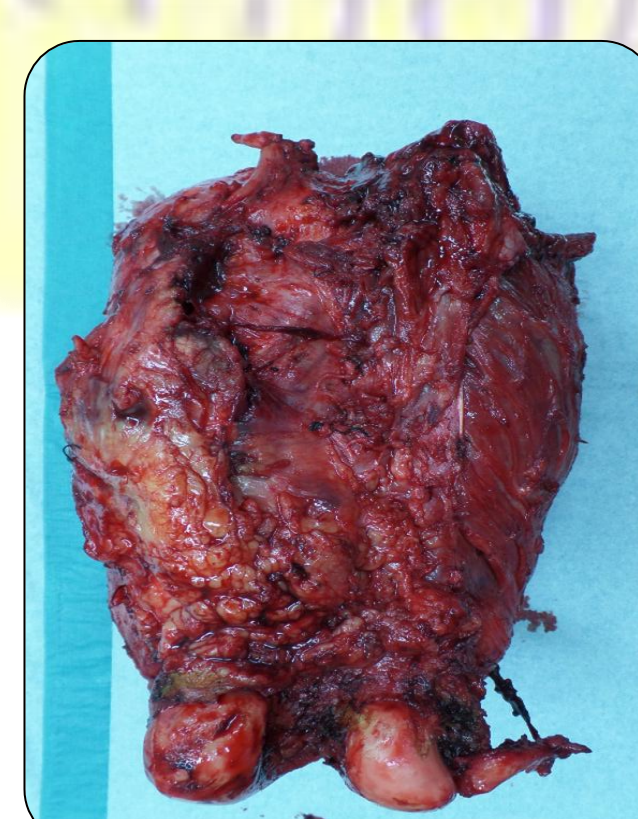
ปัจจุบันประเทศไทยมีโรงพยาบาลที่มีศักยภาพในการรักษาโรคมะเร็งกระดูกอยู่หลายแห่ง โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เป็นหนึ่งในโรงพยาบาลที่มีศักยภาพในการรักษาโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ท่านสามารถนัดปรึกษาได้ที่ คลินิกเนื้องอกกระดูก ทุกวันศุกร์ เวลา 13.00-16.00 (เว้นวันหยุดราชการ)

สำหรับผู้มีจิตศรัทธาสนใจช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลผู้ป่วยโรคมะเร็งกระดูกที่ขาดแคลนทุนทรัพย์ สามารถติดต่อเพื่อขอบริจาคเข้า “กองทุนบำรุงฟายต์ลายศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ เพื่อผู้ป่วยโรคมะเร็งกระดูกและเนื้อเยื่อ (หมายเลขกองทุน 422-0045)” โดยนำสำเนาใบเสร็จรับเงินมายื่นที่ภาควิชาออร์โธปิดิกส์ ตึกเจริญ-สมศรี ชั้น 2 หรือส่งทางโทรสาร หมายเลข 02-256-4625



ภาพตัวอย่างการรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งกระดูกด้วยการผ่าตัดโดยใช้ข้อโลหะเทียมชนิดพิเศษ ภายหลังการผ่าตัด ผู้ป่วยสามารถกลับไปใช้ชีวิตประจำวัน เรียนหนังสือที่โรงเรียนได้ตามปกติ

ภาพตัวอย่างการรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งกระดูกด้วยการผ่าตัดโดยใช้ข้อโลหะเทียมชนิดธรรมดาพร้อมกับกระดูกที่ผ่านกรรมวิธีเพื่อทำลายเซลล์มะเร็งแล้ว





โรคทางกระดูกและข้อเด็ก ที่พบบ่อย



จัดทำโดย หน่วยกระดูกและข้อเด็ก ภาควิชาออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
คณะผู้ดำเนินการ อ.พญ.พัชรภา โอสถิรกุล รศ.นพ.ณพชาติ ลิมปพยอม

การให้การรักษาโรคกระดูกเด็ก

ภาควิชาออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ให้การบริการรักษาผู้ป่วย โรคกระดูกเด็กมาตั้งแต่เริ่มก่อตั้งภาควิชา เมื่อปี พ.ศ. 2507 และดำเนินการต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน โรคที่พบบ่อยได้แก่ ภาวะกระดูกหักจากอุบัติเหตุ โรคเด็กสมองพิการ โรคเท้าปุก และภาวะข้อสะโพกเคลื่อนหลุดตั้งแต่กำเนิด ปัจจุบัน คลินิกเฉพาะทางกระดูกเด็กเปิดให้บริการทุกวันจันทร์ เวลา 13:00 -16:00 น.

ผลงานด้านการรักษาที่ผ่านมา



- ร่วมผ่าตัดแยกแฝดสยามคู่แรกของประเทศไทย



- การรักษาผู้ป่วยเด็กสมองพิการ



- การรักษาภาวะความยาวขาไม่เท่ากันด้วยวิธี Periosteum stripping

ตัวอย่างโรคที่พบบ่อย



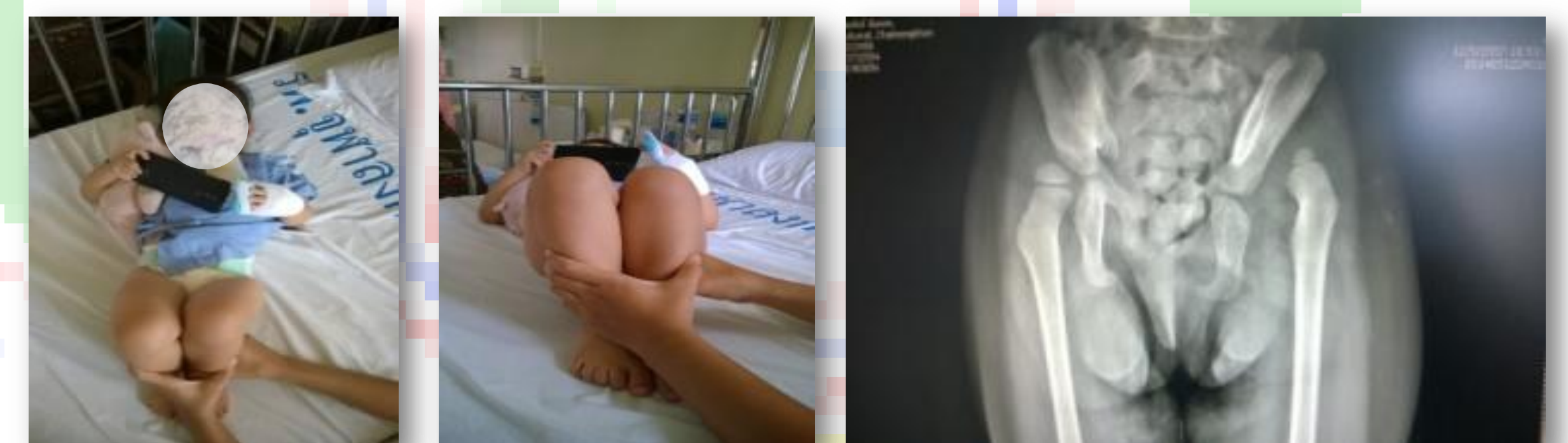
- โรคเท้าปุก (Clubfoot)

รูปเท้ามีลักษณะหมุนเข้าด้านใน พบในทารกแรกคลอดอัตราส่วน 1:1000 สามารถให้การรักษาดังแต่แรกเกิดโดยการใส่เฝือก หรือการผ่าตัด



- โรคเท้าแบน (Flatfoot)

อาการที่พบคือไม่มีอุ้งเท้าเมื่อเดินลงน้ำหนัก พบได้ประมาณ 20% ของประชากรทั้งหมด และอาจไม่ต้องให้การรักษา ถ้าหากผู้ป่วยไม่มีอาการ



- ภาวะข้อสะโพกเคลื่อนหลุดตั้งแต่กำเนิด (Developmental Hip Dysplasia)

พบในทารกแรกคลอดอัตราส่วนประมาณ 1:1000 ในทารกมักให้การรักษาด้วยการใส่กายอุปกรณ์ หรือใส่เฝือก ส่วนในเด็กโตส่วนใหญ่ต้องรักษาโดยการผ่าตัด



- ภาวะกระดูกหักและภาวะแทรกซ้อนของกระดูกหักในเด็กที่พบบ่อย ได้แก่ กระดูกข้อศอก ไหล่บร่า และกระดูกหน้าแข้ง ปัญหาที่พบบ่อยคือผู้ป่วยไม่ได้มาได้รับการรักษาทันที จนทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนในภายหลัง



โรคข้อเข่าเสื่อม

จัดทำโดย หน่วยออร์โธปิดิกส์บูรณสภาพ ภาควิชาออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
คณะผู้ดำเนินการ นพ.วิวัฒน์ บุญญานุวัตร นพ.นที ชนทรัพย์สิน อ.นพ.สิทธิ์ งามอุโฆษ ศ.นพ.อารี ตนาวลี



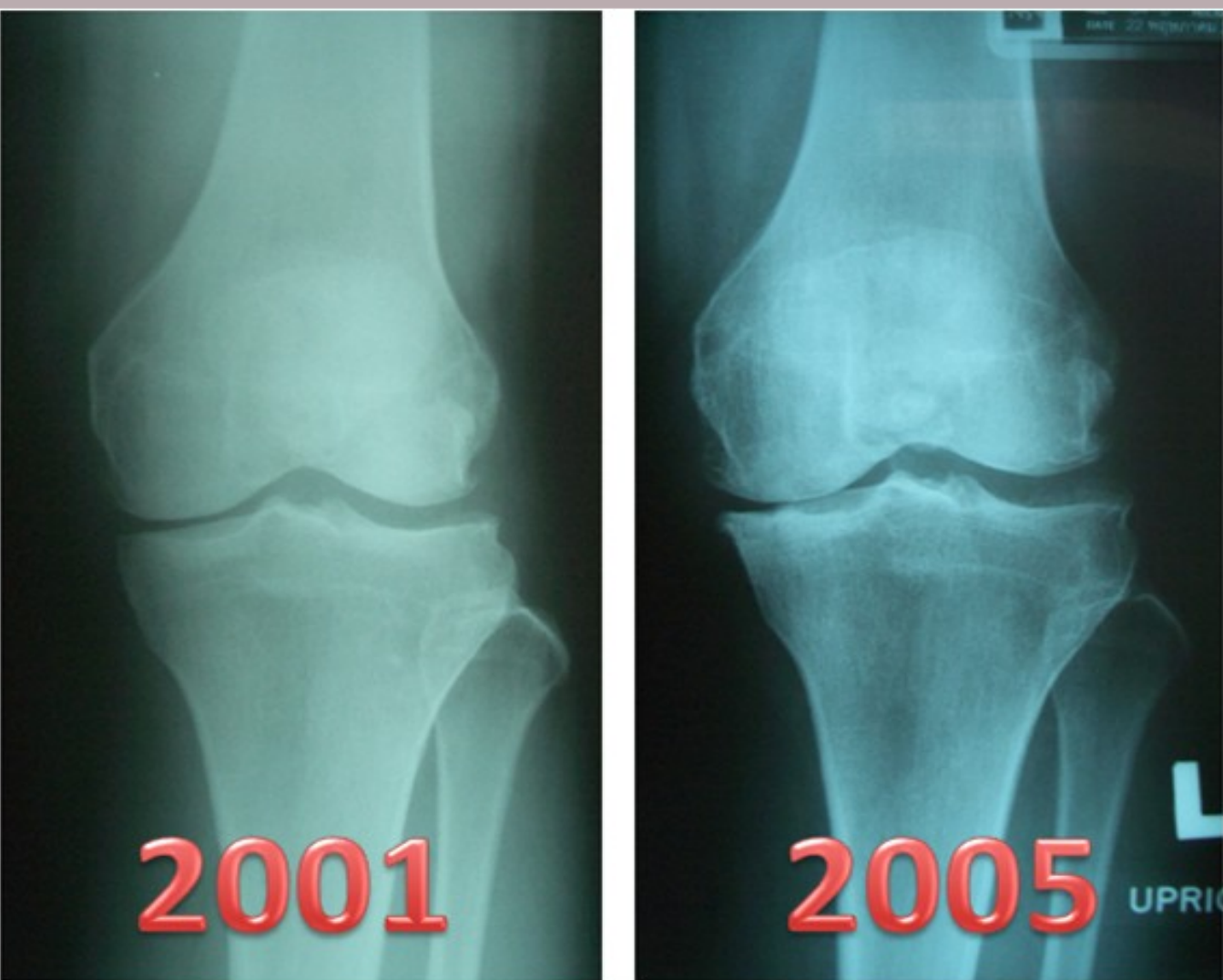
ข้อเข่าเสื่อมคืออะไร มีอาการอย่างไร?

ภาวะที่ผิวกระดูกอ่อนของข้อเข่าสึกหรอ ร่วมกับการเสื่อมของเยื่อหุ้มข้อและเอ็นรอบข้อ ทำให้เกิดความผิดปกติในการทำงานของข้อเข่า มีอาการปวด และรูปร่างเข่าผิดปกติ มีความสัมพันธ์กับอายุมากขึ้น

อาการเริ่มจากข้อเข่าฝืดขัดหลังจากอยู่นิ่งเป็นเวลานาน จนเริ่มมีอาการปวด การใช้งานข้อไม่เป็นไปตามปกติ อาจมีเสียงดังลั่น เมื่อเป็นมากมักมีอาการผิดรูปร่าง



ตัวอย่างข้อเข่าเสื่อมที่มีเข่าผิดรูปแบบต่างๆ เช่น ขาตรง ขาโก่ง และขาเก โดยสังเกตได้ว่าผู้ป่วยที่มีรูปร่างขาอ้วนใหญ่ มักสังเกตจากความผิดปกติจากการมองภายนอกได้ยากกว่า



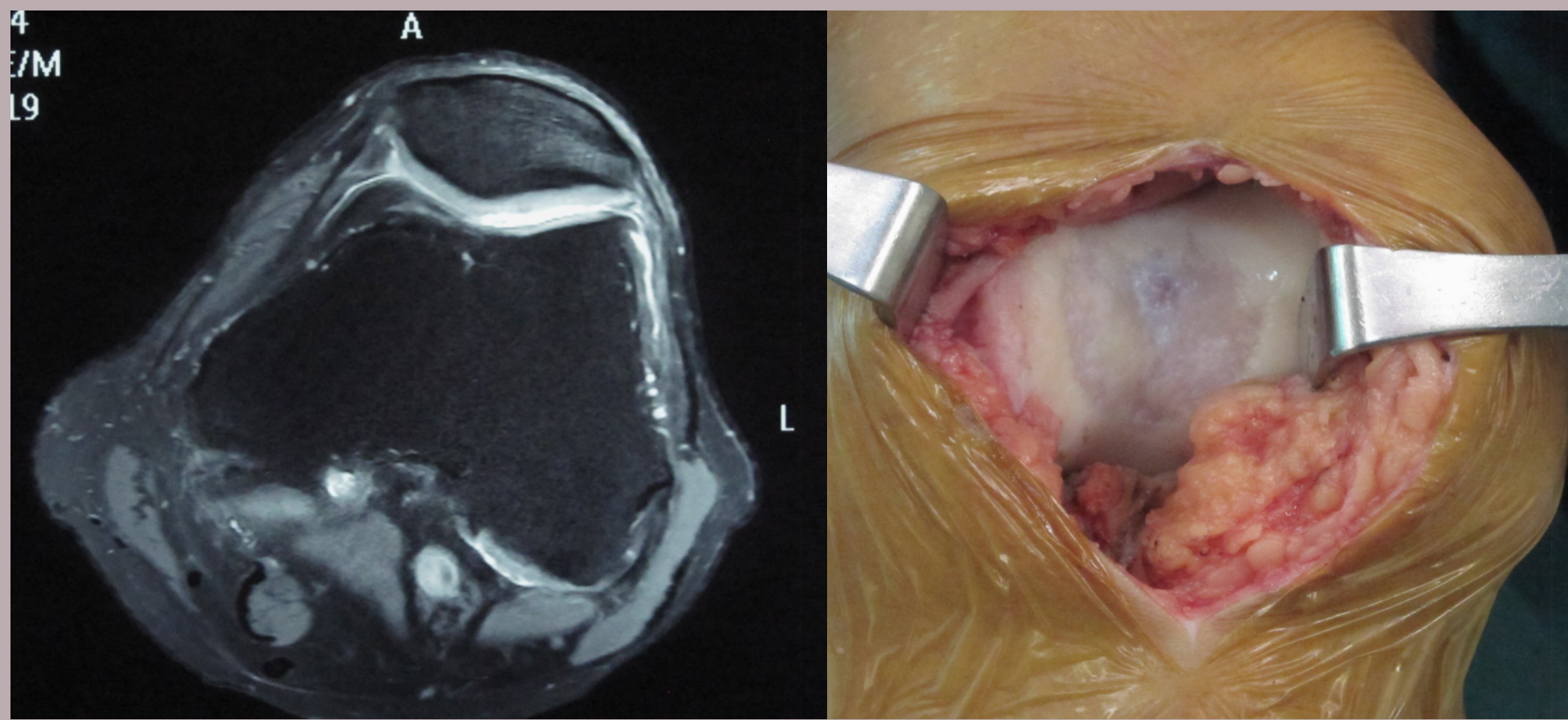
ภาพทางรังสีผู้ป่วยปี 2001 และ 2006 แสดงเข้าซีกในเสื่อมจนกระดูกเข้ามาชิดกันมาก ทำให้ผู้ป่วยปวดและมีขาโก่งเพิ่มขึ้น



ภาพทางรังสีผู้ป่วยที่มีเข่าเสื่อมมากจนกระทั่งกระดูกเข้ามาชิดกันทั่วทั้งข้อ กรณีนี้ ผู้ป่วยมักมีอาการปวดมาก

วินิจฉัยข้อเข่าเสื่อมได้อย่างไรบ้าง?

1. จากการเห็นความผิดปกติชัดเจนจากภายนอก (กรณีโรคเป็นมาก)
2. จากประวัติและตรวจร่างกายโดยแพทย์ (กรณีผู้ป่วยไม่แน่ใจ)
3. จากการถ่ายภาพทางรังสี (กรณีใช้เป็นข้อมูลยืนยัน)
4. จากการตรวจพิเศษ เช่น MRI (กรณีข้อเสื่อมน้อย)



ตัวอย่างข้อเข่าเสื่อมที่มีความผิดปกติจากภาพทางรังสีน้อยมาก แต่พบผิดปกติจากการตรวจด้วย **MRI** ซึ่งตรงกับการสึกหรอจริงของผิวกระดูกและร่องกระดูกในผู้ป่วยรายเดียวกัน

เป้าหมายของการรักษาโรคข้อเสื่อมคืออะไร?

1. บรรเทาอาการเจ็บปวดหรือทำให้อาการเจ็บปวดหายไป
2. ทำให้กล้ามเนื้อรอบข้อแข็งแรงขึ้นช่วยถ่วงการรับน้ำหนักผ่านข้อ
3. ทำให้ข้อยังใช้งานได้อย่างเหมาะสมกับวัยในชีวิตประจำวัน
4. สามารถเล่นกีฬา กิจกรรมที่เหมาะสมกับวัยหรือสภาพได้

การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมที่ทำได้เองมีวิธีอะไรบ้าง?

1. ควบคุมน้ำหนักตัวให้ดัชนีมวลกายไม่เกิน 25 กก/เมตร²
2. หมั่นบริหารกล้ามเนื้อโดยเฉพาะกล้ามเนื้อเหยียดข้อเข่าให้แข็งแรง
3. หลีกเลี่ยงหรือกิจกรรมที่พับ หรืองอข้อเข่ามาก เช่น นั่งยอง นั่งพับเพียบ จัดสมาธิ และคุกเข่า
4. หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่มีการวิ่ง หรือกระโดด

เมื่อไรที่ควรได้รับการรักษาโดยแพทย์?

1. อาการผิดปกติทุกชนิดที่เกิดขึ้นโดยเฉียบพลัน
2. อาการปวดมากขึ้น หรืออาการผิดปกติมากขึ้นเป็นลำดับ
3. ภาวะผิดรูปร่างจนเข่าไม่มั่นคง



โรคของเท้าและข้อเท้าที่พบบ่อย

จัดทำโดย หน่วยเท้าและข้อเท้า ฝ่ายออร์โธปิดิกส์ รพ.จุฬาลงกรณ์

ผู้จัดทำ นพ.จิรันดร อภินันท์



เท้าแบนในผู้สูงอายุ

อาการ

ฝ่าเท้าแบนลงและ
มีอาการปวดเท้าและ
ข้อเท้าร่วมด้วย ซึ่งจะ
เป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ



สาเหตุ

เกิดจากการฉีกขาด
ของเส้นเอ็นของข้อเท้า และ/หรือ การเสื่อมของข้อ

การรักษา

- หากเป็นไม่มากอาจรักษาแบบประคับประคองด้วยการ
ตัดรองเท้าที่เหมาะสม ในรายที่เป็นมากอาจต้องรักษาโดย
การผ่าตัด

เอ็นร้อยหวายอักเสบเรื้อรัง

อาการ

- ปวดเรื้อรังบริเวณเอ็นร้อยหวาย โดยเฉพาะ
เมื่อกระทำการกิจวัตร หรือออกกำลังกาย

สาเหตุ

- เกิดจากการการดึงของกล้ามเนื้อน่อง, การ
ผิดรูปของกระดูกสันเท้า, การบาดเจ็บเรื้อรัง
จากการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา และ
จากการใส่รองเท้าที่ไม่เหมาะสม

การรักษา

- การปรับเปลี่ยนกิจวัตรร่วมกับยา
รับประทานและแผ่นหนุนรองเท้าร่วมกับการ
บริหารยืดกล้ามเนื้อและเอ็นร้อยหวาย
- การรักษาโดยคลื่นเสียงอัลตราซาวด์หรือ
คลื่นกระแทกช็อคเวฟ
- การผ่าตัดในรายที่อาการเป็นมากและไม่
ตอบสนองต่อวิธีรักษาอื่น ๆ



นิ้วหัวแม่เท้าผิดรูป

อาการ

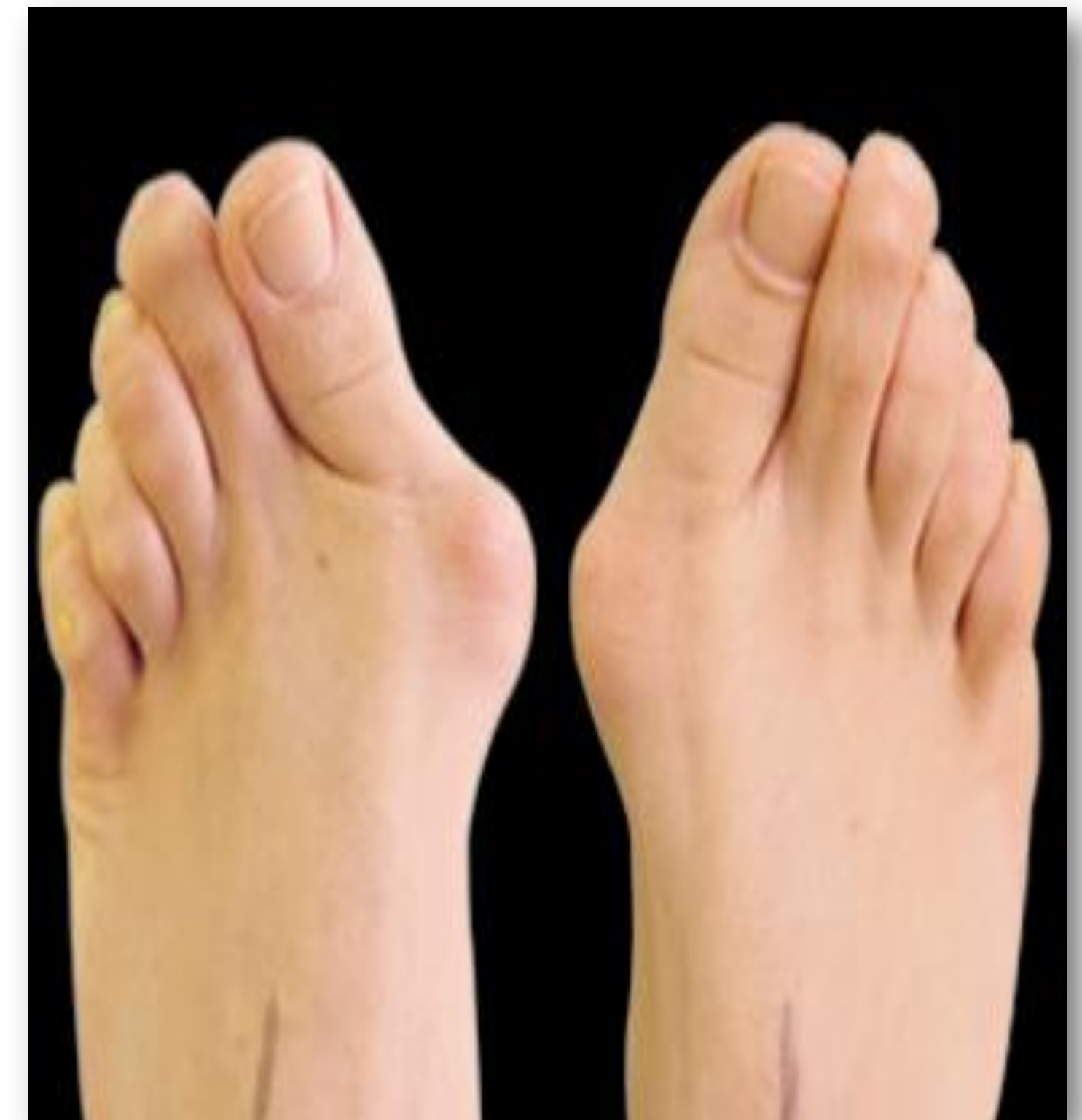
- นิ้วหัวแม่เท้าเอียงเข้าหานิ้วชี้ เกิด
ปุ่มนูนบริเวณด้านในของข้อนิ้ว
หัวแม่เท้า

สาเหตุ

- เกิดจากกรรมพันธุ์, การหย่อน
หรือความไม่สมดุลของเอ็นรอบ
หัวแม่เท้า, โรคข้อ รวมถึงรองเท้า
ที่ใส่ก็มีผลต่อการเกิดโรคนี้ได้
เช่นกัน

การรักษา

- โดยการเลือกใส่รองเท้าที่
เหมาะสม หากอาการเป็นมากอาจ
ต้องรักษาโดยการผ่าตัด



ข้อเท้าแพลง

อาการ

- ปวดบวมและฟกช้ำของ
ข้อเท้าในรายที่มีการ
บาดเจ็บแบบเฉียบพลัน

ข้อเท้าพลิกบ่อย ๆ ร่วมกับการปวด
บวมเป็น ๆ หาย ๆ ของข้อเท้าในราย
ที่มีข้อเท้าแพลงเรื้อรัง

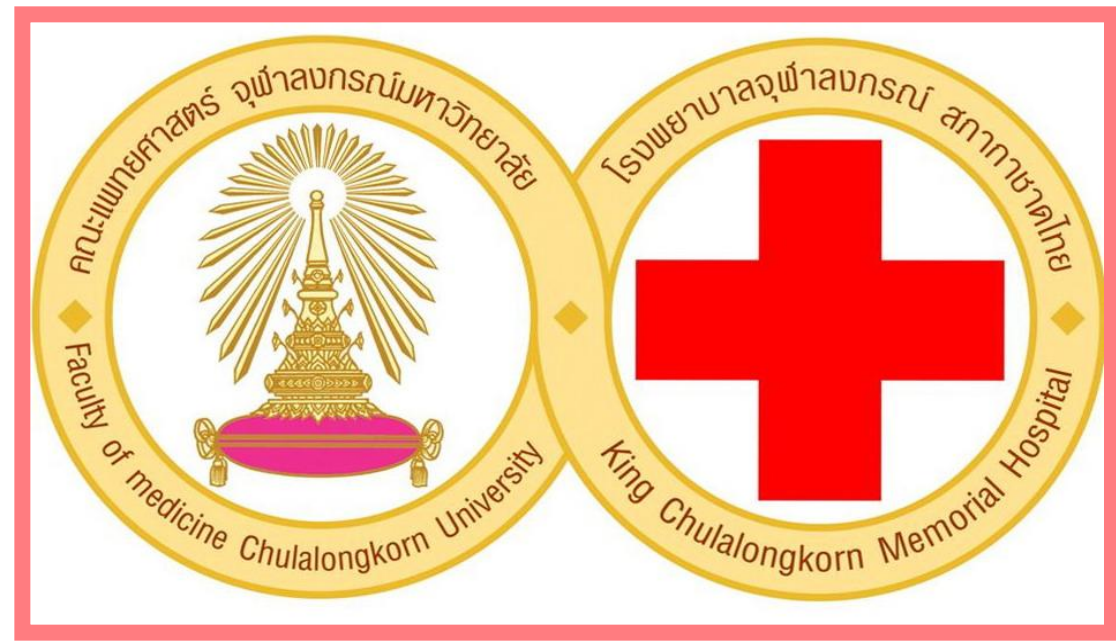
สาเหตุ

- การบาดเจ็บของข้อเท้าจากอุบัติเหตุหรือการเล่นกีฬาทำให้เกิดการฉีก
ขาดของเอ็นข้อเท้า และอาจมีการบาดเจ็บของกระดูกอ่อนภายในข้อ
เท้าร่วมด้วย ซึ่งอาจกลายเป็นปัญหาเรื้อรังต่อไปได้

การรักษา

- ในการบาดเจ็บแบบเฉียบพลันควรปฐมพยาบาลโดยงดการลงน้ำหนัก
 , ประคบน้ำแข็ง และยกเท้าสูง ควรพบแพทย์เพื่อทำการวินิจฉัยให้
แน่ใจว่าไม่มีกระดูกหักและรับการรักษาที่เหมาะสมต่อไป
- ในรายที่มีข้อเท้าแพลงเรื้อรังควรปรึกษาแพทย์เพื่อพิจารณาว่าต้อง
ได้รับการผ่าตัดซ่อมแซมเอ็นข้อเท้าที่ฉีกขาด และ/หรือ กระดูกอ่อนที่
บาดเจ็บหรือไม่





กระดูกสะโพกหักในผู้สูงอายุ (Geriatric Hip Fracture)



กระดูกข้อสะโพกหักเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ โดยมีสาเหตุหลักจากภาวะกระดูกพรุน ส่วนใหญ่มักเกิดจากการลื่นล้มภายในบ้าน

อาการและอาการแสดง

ภายหลังการล้มผู้ป่วยจะมีอาการปวดบริเวณสะโพกหรือขาหนีบ ส่วนใหญ่จะไม่สามารถลุกขึ้นหรือเดินได้ อาจสังเกตพบความผิดปกติดังนี้

- ขาด้านที่ปวดอาจดูสั้นลงกว่าด้านตรงข้าม
- ขาด้านที่ปวดจะบิดออกด้านนอกมากกว่าปกติ
- การขยับขาเพียงเล็กน้อยจะทำให้เกิดอาการปวดรุนแรง
- จำเผลอบริเวณสะโพกและต้นขาเมื่อเวลาผ่านไประยะหนึ่ง



ประเภทของกระดูกสะโพกหักที่พบบ่อย

1. คอกระดูกสะโพกหัก (fracture neck of femur)
2. ฐานกระดูกสะโพกหัก (intertrochanteric fracture)



การรักษากระดูกสะโพกหัก

โดยทั่วไปผู้ป่วยกระดูกสะโพกหักจำเป็นต้องได้รับการรักษาโดยการผ่าตัดตามกระดูกหรือเปลี่ยนสะโพกเทียม เพื่อลดอาการปวด และมีโอกาสจะกลับมาเดินหรือใช้ชีวิตประจำวันได้เหมือนก่อนที่จะสะโพกหัก

การรักษาโดยไม่ผ่าตัดจะทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถเดินได้ และเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น แผลกดทับ ปวดบวม การติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ และ หลอดเลือดดำที่ขาอุดตัน ลิ่มเลือดอุดตันที่ปอด ทำให้เสียชีวิตได้

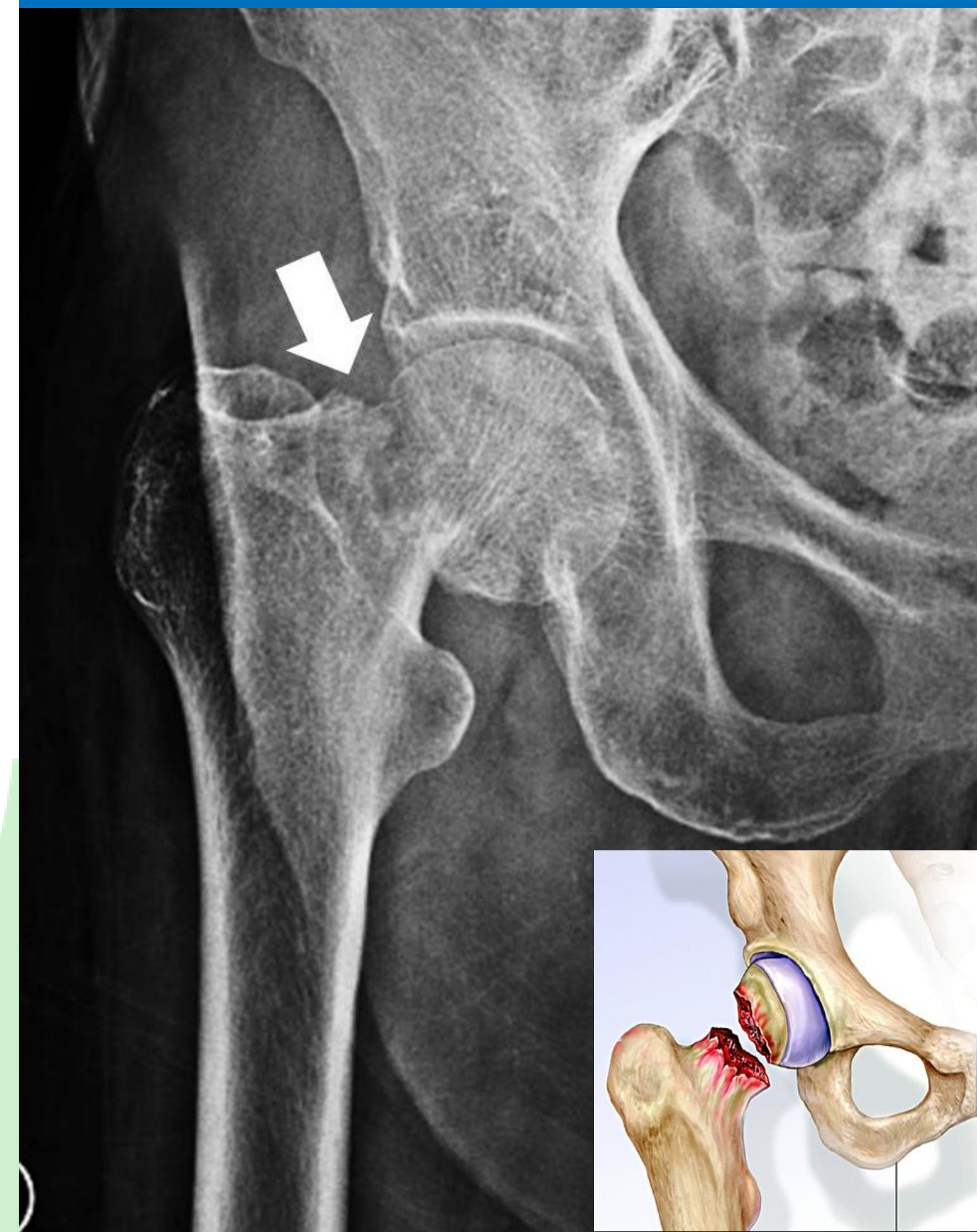
ความสำคัญของกระดูกสะโพกหักในผู้สูงอายุ

ผู้ป่วยสูงอายุที่มีกระดูกสะโพกหักถึงแม้ได้รับการรักษาอย่างเหมาะสมแล้วก็ตามพบว่าผู้ป่วยส่วนหนึ่งไม่สามารถกลับไปใช้ชีวิตประจำวันดังเช่นก่อนที่จะเกิดกระดูกหักได้ บางรายอาจต้องใช้รถเข็นหรือจำเป็นต้องมีผู้ช่วยดูแลตลอดเวลา ผู้ป่วยกระดูกสะโพกหักยังมีความเสี่ยงที่จะเกิดกระดูกหักที่บริเวณอื่นของร่างกายในเวลาต่อมา เช่น กระดูกสันหลัง, กระดูกข้อมือ การศึกษาทั้งในประเทศ และต่างประเทศพบว่าผู้ป่วยที่มีกระดูกสะโพกหักมีอัตราเสียชีวิตภายในปีแรกหลังจากอุบัติเหตุสูงถึง 20%

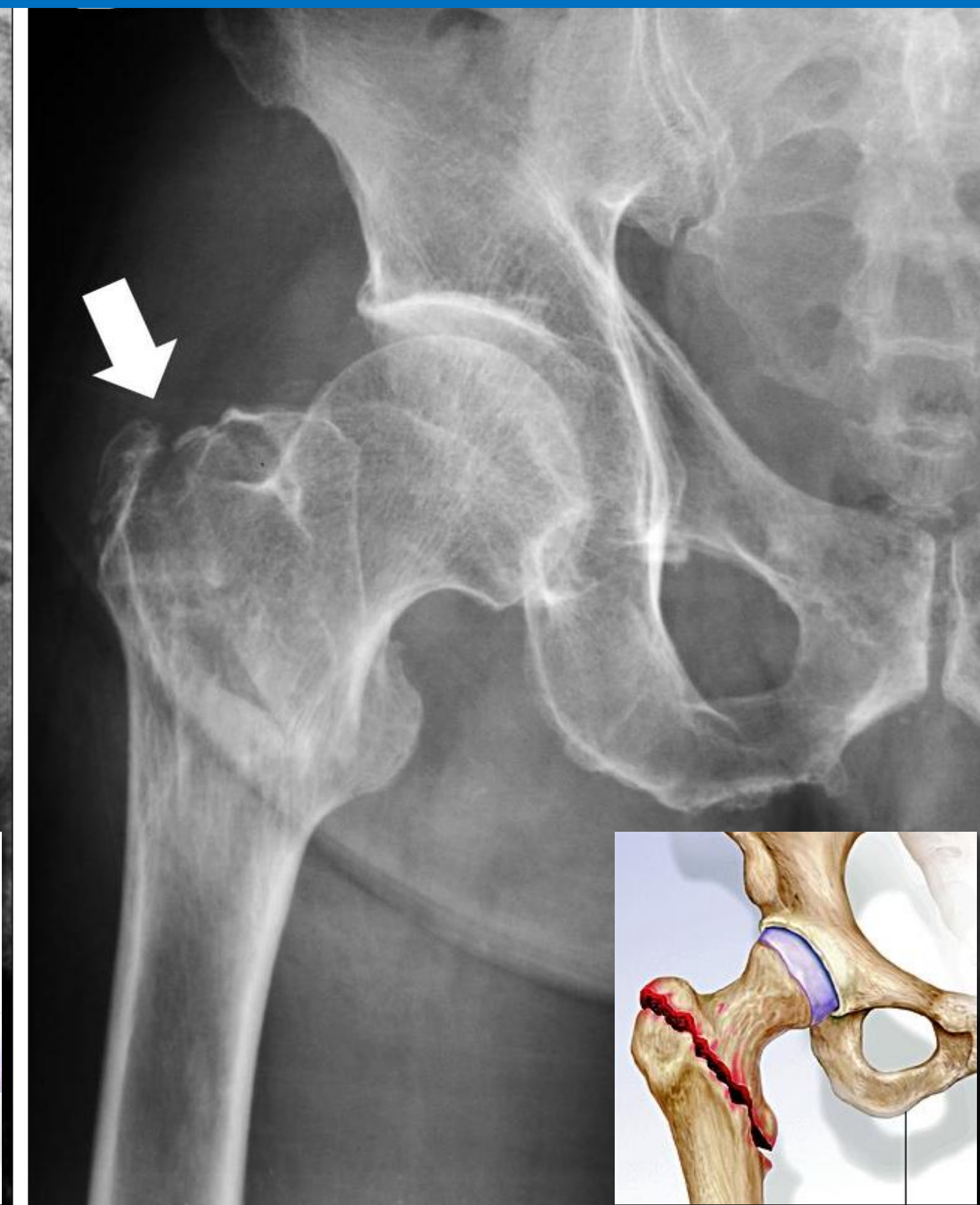
นอกจากนี้การที่ผู้ป่วยไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ จะเป็นการสร้างภาระต่าง ๆ ให้แก่ครอบครัว เนื่องจากต้องมีผู้ดูแลตลอดเวลา และมีค่าใช้จ่ายในการดูแลต่าง ๆ ที่สูงขึ้น อาจทำให้เกิดปัญหาเศรษฐกิจของครอบครัวได้



คอกระดูกสะโพกหัก (fracture neck of femur)



ฐานกระดูกสะโพกหัก (intertrochanteric fracture)

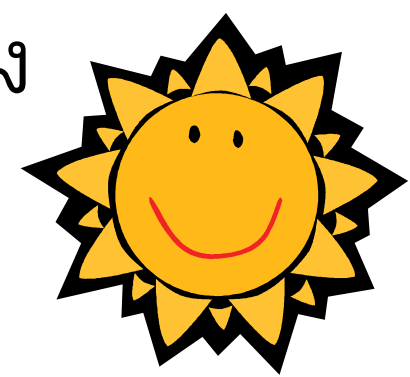


การป้องกันกระดูกสะโพกหัก

สาเหตุหลักของกระดูกสะโพกหักในผู้สูงอายุคือ ภาวะกระดูกพรุน และ การลื่นล้ม จึงจำเป็นต้องแก้ไขทั้งสองสาเหตุ

การป้องกันและรักษาภาวะกระดูกพรุน

- รับประทานอาหารที่มีแคลเซียมอย่างเพียงพอ และรับแสงแดดอ่อนๆยามเช้า เพื่อสร้างกระดูก การสร้าง ไบโตามีน ดี ในร่างกาย หากไม่สามารถทำได้ต้องรับประทานอาหารเสริม แคลเซียม และ ไบโตามีน ดี
- มีการออกกำลังกายตามความเหมาะสม
- ตรวจหาภาวะกระดูกพรุนโดยการวัดมวลกระดูกในผู้ที่มีอายุ 60-65 ปี ขึ้นไป และเข้ารับการรักษาโดยแพทย์โดยสม่ำเสมอเมื่อพบว่ามีภาวะกระดูกพรุน



การป้องกันการลื่นล้ม

เนื่องจากผู้ป่วยกระดูกสะโพกหักส่วนมากเกิดจากการลื่นล้มในที่ที่พักอาศัย โดยเฉพาะในห้องน้ำ จึงควรปรับปรุงสภาพให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุได้แก่

- ติดตั้งราวเกาะในห้องน้ำและตามทางเดินเพื่อให้ผู้สูงอายุใช้เกาะเวลาเดินหรือเมื่อจะลื่นล้ม
- ดูแลสภาพแวดล้อมภายในบ้านให้เป็นระเบียบไม่มีสิ่งของวางเกะกะตามพื้น ซึ่งอาจทำให้ผู้สูงอายุเดินสะดุดหกล้มได้
- หากผู้สูงอายุมีโรคหรือภาวะที่ทำให้ไม่สามารถเดินได้โดยสะดวกเช่น ข้อเข่าเสื่อม กระดูกสันหลังเสื่อม หรือมีปัญหาทางการมองเห็น เช่น ต้อกระจก ควรต้องรักษาปัญหาเหล่านั้นด้วย

จัดทำโดย คลินิกสะโพกหัก ฝ่ายออร์โธปิดิกส์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
คณะผู้ดำเนินการ นพ.นที ธนทรัพย์สิน นพ.วิทวัส บุญญานุวัตร
อ.นพ.สิทธิชัย งามอุโฆษ ศ.นพ.อารี ตनावลิ รศ. นพ. พงศ์ศักดิ์ ยุกตะนันท์