

# รพ.สุขุมวิท เห็นเทคโนโลยีการรักษาโรคปวดหลัง ด้วยการผ่าตัดผ่านกล้อง Full Endoscopic Surgery



ในกลุ่มหนุ่มสาวหลายคนมักมีอาการปวดหลัง บางคนคิดว่าอาจเกิดจากสาเหตุหนึ่งมากเกินไป หรือไปทำอะไรผิด ทำมา ซึ่งคนจำนวนมากที่มีอาการปวดหลังมักเข้าใจว่าอาการปวดหลังเป็นอาการที่เกิดขึ้นกับกระดูก ในความเป็นจริงแล้ว ก็สามารถเกิดขึ้นได้เช่นกัน แต่บางคนอาการปวดหลังก็ไม่ได้เกิดขึ้นเพราะกระดูกเสื่อมไป โดยทั่วอาการปวดหลังอาจเกิดขึ้นจากการยกของหนักหรือออกกำลังกายมากเกินไป ซึ่งอาการที่รู้สึกได้ คือ ปวดเมื่อย กล้ามเนื้อตึง แต่หากมีอาการที่รู้สึกว้าหลังขยับไม่ได้หรือปวดร้าวไปจนถึงขาข้างใดข้างหนึ่ง นั้นอาจเกิดจากหมอนรองกระดูกเคลื่อนเคล็ดไปกดทับเส้นประสาท

เมื่อเกิดอาการปวดหลังเชื่อว่าคนส่วนใหญ่มักเพิกเฉยหรืออาจจะหายาแก้ปวดมารับประทานเองเพราะคิดว่าไม่ใช่อาการร้ายแรง แต่หาว่าไม่ว่าบางครั้งอาการปวดหลังก็ไม่ได้เป็นเพียงแค่ความผิดปกติทั่วไปเท่านั้น แต่อาจบ่งบอกถึงสัญญาณอันตรายบางอย่างที่เกิดขึ้นกับร่างกาย

สาเหตุของการปวดหลังที่เกิดขึ้นจากหลายปัจจัย

การปวดหลังมีสาเหตุจากหลายๆ ปัจจัย โดยเฉพาะโครงสร้างของกระดูกสันหลังที่มีตั้งแต่โครงสร้างของผิวหนัง กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น กระดูกสันหลัง กระดูกสันหลังเส้นประสาท เพราะฉะนั้นอาการปวด จึงสามารถเกิดขึ้น ได้จากพยาธิ สภาพที่กล่าวไปข้างต้น และระบบที่พบอาการปวดได้บ่อยที่สุดก็คือกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น รองลงมาก็คือ ระบบกระดูก สันหลัง หมอนรองกระดูกสันหลังเส้นประสาท ส่วนระบบที่พบได้ค่อนข้างน้อยก็คือ ไต ช่องท้อง ในปัจจุบันมีการพูดถึงเรื่องของกระดูกสันหลังเส้นประสาทค่อนข้างมาก เนื่องจากเมื่อเป็นแล้วจะมีความรุนแรง และอันตรายมากกว่าระบบอื่นๆ เพราะฉะนั้นแพทย์จึงให้ความสำคัญกับกระดูกสันหลังเส้นประสาทมากกว่า เช่น โรคกระดูกหลังทับเส้นประสาทก็เป็นสาเหตุหนึ่งของปัญหาโรคปวดหลังที่เกิดขึ้นกับภาวะกระดูกสันหลัง

ปัญหาของกระดูกสันหลังที่ทำให้เกิดอาการปวดหลัง

สำหรับปัญหาของกระดูกสันหลังที่จะทำให้เกิดอาการปวดหลัง สามารถแบ่งออกได้หลายรูปแบบ อาจเกิด จากอุบัติเหตุจนทำให้กระดูกสันหลังหัก กระดูกสันหลังเคลื่อน กระดูกสันหลังเสื่อม และกระดูกพรุน นอกจากนี้ยังมีใน ส่วนของหมอนรองกระดูกมีปัญหา เช่น หมอนรองกระดูกเสื่อม หมอนรองกระดูกเคลื่อน หมอนรองกระดูกอักเสบ หมอนรอง กระดูกติดเชื้อ

ทั้งนี้ในส่วนของเส้นประสาทก็เป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่จะทำให้เกิดอาการปวดหลังโดยอาจจะถูกกดทับจากภาวะกระดูก เสื่อม มีก้อนถุงน้ำหรือก้อนเนื้อ แต่สาเหตุที่พบได้บ่อยจนทำให้เกิดอาการปวดหลังก็คือ ปัญหาเรื่องของหมอนรอง กระดูกโดยเฉพาะปัญหาหมอนรองกระดูกเคลื่อน ซึ่งมีอาการตั้งแต่เล็กน้อยปวดเป็นครั้งคราวไปจนถึงปวดมากขึ้น เรื่อยๆ จนกระดูกเคลื่อนและไปทับเส้นประสาท แต่ในกรณีที่หมอนรองกระดูกแตกจะมีอาการปวดอย่างรุนแรง ขา ขา อ่อนแรง หากมีอาการเหล่านี้ต้องรีบเข้ามาพบแพทย์เพื่อทำการผ่าตัดทันที

ส่วนหมอนรองกระดูกสันหลังจะมีอาการตั้งแต่กระดูกสันหลังหัก กระดูกสันหลังเสื่อม ข้อต่อกระดูกสันหลัง อักเสบ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เกิดอาการปวดหลัง แต่ที่พบได้บ่อยคืออาการของกระดูกสันหลังเสื่อมทับเส้นประสาท จนทำให้ กระดูกทรุดลงมา คำว่าเสื่อมหมายความว่ากระดูกและข้อต่อต่างๆ ได้มีการเสื่อมสภาพลง ความยืดหยุ่นน้อยลงทำให้ กระดูกสันหลังหลวมมากขึ้นก็เริ่มมีการทรุดตัวลงทำให้มีอาการปวด มีอาการขา โดยส่วนมากจะพบได้ในผู้สูงอายุ ส่วนในกลุ่มที่อาการหมอนรองกระดูกแตก กระดูกเคลื่อนจะพบได้ในคนที่อายุน้อยกว่า

ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดอาการปวดหลัง

1. พฤติกรรมที่เกิดจากการใช้งาน เช่น การยกของ ก้มๆ เงยๆ ลักษณะอาชีพที่ต้องก้มตลอดเวลา สิ่งเหล่านี้ถือว่าเป็นปัจจัยที่ทำให้หมอนรองกระดูกเสื่อมได้เร็ว
2. พฤติกรรมไม่ออกกำลังกาย
3. พฤติกรรมการรับประทานอาหารจนน้ำหนักเพิ่มขึ้นก็ทำให้กระดูกสันหลังเสื่อมไวได้เช่นกัน
4. พฤติกรรมการเล่นกีฬาที่รุนแรงจนทำให้เกิดการบาดเจ็บที่หลัง

ลักษณะของอาการปวด

อาการปวดจะปวดได้ตั้งแต่บริเวณรอบๆ หลังจนปวดร้าวลงมาถึงขา ร่วมกับมีอาการขาและอาการอ่อนแรง ในกรณี ที่มี

อาการรุนแรงจะทำให้มีภาวะปัสสาวะไม่ออกและทำให้เกิดอัมพาตครึ่งตัวได้

สำหรับอาการปวดหลังอย่างรุนแรง เช่น ผู้ป่วยที่เป็นหมอนรองกระดูกแตกจะมีอาการปวดหลังอย่างรุนแรง และ ร้าวลงขาอย่างรุนแรง ลูกนั่งไม่ไหวต้องนอนเพียงอย่างเดียว ถ้ามีอาการปวดหลังมากก็จะส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างแน่นอนทั้งการลุก การยืน ขับรถและการนั่งทำงาน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปริมาณการปวดถ้ายิ่งปวดมาก และปวดขึ้นเรื่อยๆ ก็จะไม่สามารถนั่งนานๆ ได้ ยืนนานไม่ได้ และหากมีปวดรุนแรงจนไม่สามารถใช้ชีวิตประจำวัน ก็ต้องนอนโรงพยาบาล เพื่อเข้ารับการรักษา

การบรรเทาอาการปวดหลังในกรณีผู้สูงด้วยตัวเองสามารถทำได้โดยที่มีอาการปวดหลังไม่รุนแรง เช่น ผู้ป่วยที่เป็นโรคหมอนรองกระดูกอักเสบชนิดหน้อย หรือผู้สูงอายุที่มีกระดูกสันหลังเสื่อมเล็กน้อยก็สามารถบรรเทาอาการปวดด้วยการออกกำลังกาย ถ้าในกรณีที่มีอาการปวดหลังแต่ปวดไม่เยอะผู้ป่วยอาจจะใช้น้ำอุ่นประคบ ใช้น้ำมัน และนอนพัก หากมีอาการปวดเรื้อรังสิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือการออกกำลังกายเพื่อสร้างกล้ามเนื้อหลังให้แข็งแรงและเพื่อไม่ให้กระดูกสันหลังโยกมากหรือทำให้เกิดการปวด

ทั้งนี้หากมีอาการปวดรุนแรงการรับประทานยาแก้ปวดจะสามารถช่วยได้แค่ในช่วงแรกเท่านั้นทางที่ดีควรรีบมาพบแพทย์เพื่อจะให้การวินิจฉัยที่ถูกต้อง

ขั้นตอนการวินิจฉัยอาการปวดหลัง

ขั้นตอนโดยส่วนใหญ่แพทย์จะทำการซักประวัติผู้ป่วย หลังจากนั้นแพทย์จะทำการตรวจร่างกาย เพื่อดูท่าทาง และดูตำแหน่งที่มีอาการปวด ตำแหน่งเส้นประสาทที่ก่อให้เกิดอาการปวด หลังจากนั้นแพทย์จะทำการถ่ายเอกซเรย์คอมพิวเตอร์เพื่อดูหมอนรองกระดูกและเส้นประสาทว่ามีความผิดปกติตรงไหน นอกจากนี้แพทย์จะทำการตรวจการทำงานของเส้นประสาทแขนและขา เพื่อที่จะดูการทำงานของเส้นประสาทว่าสามารถทำงานได้ดีไหม เพื่อไปเทียบกับค่า เอกซเรย์คอมพิวเตอร์และจะได้คำวินิจฉัยออกมาว่าผู้ป่วยเป็นโรคอะไรหรือเป็นภาวะใด

เทคโนโลยีรักษาอาการปวดหลังด้วยการผ่าตัดส่องกล้อง

“ในปัจจุบันหมอนรองกระดูกสันหลังเป็นสิ่งที่พบได้บ่อยและมีโอกาสเกิดขึ้นกับทุกคนและทุกกลุ่มอายุ แต่กลุ่ม ที่พบได้บ่อยจะมีด้วยกันทั้งหมด 2 กลุ่มคือ กลุ่มที่มีอายุตั้งแต่ 25-35 ปี และกลุ่มผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งลักษณะของพยาธิสภาพจะไม่เหมือนกัน โดยที่กลุ่มอายุน้อยมักเกิดจากอุบัติเหตุซึ่งไม่ว่าจะด้วยเหตุอะไรก็ตาม การที่มีแรงกด ทับผ่านกระดูกสันหลังไปกระทบถึงหมอนรองกระดูกอย่างรุนแรงก็จะทำให้หมอนรองกระดูกด้านนอกเกิดการฉีกขาด และทำให้ส่วนที่อยู่ตรงกลางปลิ้นออกทางด้านหลังของกระดูกสันหลัง ซึ่งมีเส้นประสาททำให้เกิดการกดทับที่ เรียกว่า หมอนรองกระดูกสันหลังเคลื่อนไปทับเส้นประสาท กรณีนี้สามารถเกิดขึ้นได้กับผู้ป่วยที่อายุไม่มาก และพบได้บ่อยใน กลุ่มคนที่ยกของหนัก

“ส่วนในกรณีผู้สูงอายุนั้นภาวะเคลื่อนตัวของหมอนรองกระดูกเป็นผลจากความเสื่อมของร่างกาย เกิดจากเยื่อ หุ้มหมอนรองกระดูกมีการเสื่อมสภาพจนส่งผลให้หมอนรองกระดูกด้านในค่อยๆ เคลื่อนออกมาในแบบที่ไม่รวดเร็วนัก ซึ่ง อาการก็จะค่อยๆ เป็นค่อยๆ ไป โดยที่ลักษณะอาการจะคล้ายๆ คือปวดหลังร้าวลงไปบริเวณขาข้างที่หมอนรอง

กระดูก เคลื่อนไปกดทับ โดยอาการปวดร้าวลงมาที่ขาจะมีอาการปวดร้าวมากในขณะยืนหรือเดินแต่จะสบายขึ้นเวลานอน หากมี อาการปวดมากขึ้นและไม่ได้รับการรักษาต่อเนื่องก็จะเริ่มมีอาการชาและมีอาการอื่นๆ ตามมา โดยเฉพาะอาการอ่อนแรง ของเท้าที่ขา

“ปัจจุบันในวงการแพทย์ก้าวไปไกลมากและมีเทคโนโลยีการรักษารูปแบบใหม่ออกมามากมาย ถ้าเปรียบเทียบ รักษาในอดีตกับการรักษาปัจจุบัน การรักษาในอดีตจะเน้นไปที่เรื่องของกายภาพบำบัด เป็นส่วนใหญ่หากมีอาการไม่มากก็อาจจะกินยา แต่ถ้ามีอาการค่อนข้างรุนแรงก็อาจจะต้องเข้ารับการผ่าตัดด้วย การเปิดแผลขนาดใหญ่ที่บริเวณกลางหลังและแหวกกล้ามเนื้อลงไปจากนั้นถึงจะทำการผ่าตัดเอากระดูกที่หลังออกทำให้มีแผลค่อนข้างใหญ่

“แต่ในปัจจุบันมีเทคโนโลยีการรักษารูปแบบใหม่ด้วยการผ่าตัดผ่านกล้อง โดยใช้กล้องขนาดเล็กไม่เกิน 1 เซนติเมตร เพื่อที่จะสอดเข้าไปเอาหมอนรองกระดูกที่ปลิ้นออกมาโดยที่ไม่ต้อง ตัดกล้ามเนื้อและกระดูกแพทย์ จะสามารถส่อง ไปที่ตำแหน่งที่มีหมอนรองกระดูกเคลื่อนและสามารถเอาออกได้ทันที แผลบาดเจ็บจากการผ่าตัดมีขนาดเล็ก ทั้งนี้ยังสามารถร่วมกับการใส่เนื้อผ่านทางผิวหนังได้ด้วยโดยที่ไม่ต้องเปิดแผลขนาดใหญ่

“ข้อดีของการผ่าตัดส่องกล้องอันดับแรกคือแผลเล็ก ลดการบาดเจ็บของผิวหนัง กล้ามเนื้อ เสียเลือดน้อย ไม่ ต้องตัดกระดูก เพราะฉะนั้นการผ่าตัดส่องกล้องจะทำให้ผู้ป่วยฟื้นตัวได้เร็วและใช้เวลาผ่าตัดค่อนข้างน้อย ประหยัดเวลาในการพักฟื้น และที่สำคัญการผ่าตัดส่องกล้องในบางกรณีไม่จำเป็นต้องดมยาสลบสามารถฉีดยาชาได้ นอกจากนี้หลังจากผ่าตัดสามารถทำควบคู่ไปพร้อมกับการกายภาพบำบัดได้ทันทีเพราะว่ากล้ามเนื้อไม่บาดเจ็บไม่จำเป็นต้องรอพักฟื้น

“ทั้งนี้การผ่าตัดด้วยวิธีการส่องกล้องโอกาสหายขาดมีมากถึง 90 เปอร์เซ็นต์เมื่อเทียบกับการผ่าตัดใหญ่ แต่ หากเปรียบกับการทำกายภาพและการกินยาอาการจะดีขึ้นประมาณ 50/50 เปอร์เซ็นต์ เรียกได้ว่าการผ่าตัดด้วยวิธีการส่องกล้องได้ผลเทียบเท่าการผ่าตัดใหญ่ แต่การผ่าตัดส่องกล้องเสียเลือดน้อยกว่า ประหยัดเวลา เกิดผลแทรกซ้อนน้อยกว่า ว่าแต่อาจจะมีส่วนข้างเคียงจากการผ่าตัดอยู่บ้างในคนที่มีหมอนรองกระดูกใหญ่มากๆ อาจจะมีอาการชาที่ขาได้บ้าง ซึ่ง จริงๆ แล้วผลข้างเคียงจากการผ่าตัดจะพบได้น้อย ข้อจำกัดที่สำคัญสำหรับการรักษาด้วยวิธีการผ่าตัดส่องกล้องคือ ไม่ สามารถใช้ได้กับผู้ป่วยที่เคยได้รับการผ่าตัดมาแล้ว เช่น การผ่าตัดโดยใส่เส้นลวดหรือการปลุกกระดูกด้านข้าง เพราะ จะไม่สามารถส่องกล้องเข้าไปได้ นอกจากนี้ยังไม่สามารถใช้ได้กับผู้ป่วยที่ติดเชื้อโรค”

หากมีอาการปวดหลังเรื้อรังหรือมีอาการปวดผิดปกติโดยเฉพาะมีอาการปวดร้าวลงขาไม่ควรนิ่งนอนใจ ควรรีบ มาพบแพทย์ทันทีเพื่อจะได้ประสิทธิภาพในการรักษาที่ดีกว่า ทั้งนี้สำหรับแนวทางป้องกัน ควรออกกำลังกายเป็นประจำ โดยการออกกำลังกายช่วงหลังอย่างสม่ำเสมอจะช่วยลดอาการปวดหลังได้ดีและช่วงป้องกันอาการบาดเจ็บที่หลังได้ดี นอกจากนี้การควบคุมน้ำหนักอย่าให้อ้วนจนเกินไปเพราะกระดูกสันหลังจะต้องทำงานหนัก นอกจากนี้การปรับพฤติกรรม การนั่ง การนอน การยืน และการทำงานที่ไม่ทำให้กระดูกสันหลังต้องบาดเจ็บ