

# แพทย์แผนไทยขยายคลินิกพิเศษบำบัดโรคข้อเข่า

## เสื่อม



กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยฯเตรียมขยายคลินิกพิเศษรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมเพิ่มเพื่อการเข้าถึงบริการของประชาชนระบุนุ!การรักษาที่ผ่านมาได้ผลดีซุ!!หลักการแพทย์ผสมผสานเป็นทางเลือกใหม่ในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม ทั้งการนวดการพอกเข้า การออกกำลังกายด้วยท่าฤาษีตัดตนและการฝังเข็มตามหลักการแพทย์แผนจีน ควบคู่กับการใช้ยาแผนไทย “สหัชธารา”

นายแพทย์สุริยะ วงศ์คงคาเทพ อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกพร้อมคณะ ร่วมแถลงข่าวการเปิดคลินิกพิเศษให้บริการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม ณ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข นนทบุรีว่าปัจจุบันโรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่พบมากในผู้สูงวัย และเป็นอาการเจ็บป่วยเรื้อรังที่ใช้ระยะเวลาในการรักษา จากรายงานการวิจัยพบผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมในสหรัฐอเมริกาต้องเสียค่ารักษาพยาบาลประมาณ 5,000 เหรียญสหรัฐต่อคนต่อปี คิดเป็นเงินไทยประมาณ150,000 บาท ส่วนประเทศไทยพบว่าสถิติมูลค่าการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยยาที่ใช้ในสถานบริการสาธารณสุขในแต่ละปีมีแนวโน้มสูงขึ้น ตัวเลขดังกล่าวนอกจากจะสะท้อนถึงการสูญเสียเงินตราต่างประเทศในการนำเข้ายาแผนปัจจุบันเป็นจำนวนมากซึ่งมีมูลค่าถึง 98,221.202 ล้านบาท เพิ่มขึ้นถึง 4 เท่าตัวในช่วงระยะเวลา 10 ปีที่ผ่านมาแล้ว ผลจากการใช้ยาในจำนวนมากเป็นระยะเวลานานอาจทำให้เกิดปัญหาต่อการทำงานของระบบไต

ส่วนสาเหตุของการเกิดโรคข้อเข่าเสื่อมนั้นปัจจัยหลักๆเกิดจากการมีค่าดัชนีมวลกายที่เกินค่ามาตรฐานและการมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น การมีอายุที่เพิ่มมากขึ้น หรือจากการใช้ข้อไม่เหมาะสม และสาเหตุอื่น ๆ เช่น อุบัติเหตุ การติดเชื้อในข้อ เป็นต้นมักพบในผู้มีอายุ 40 ปีขึ้นไปมีน้ำหนักตัวมาก พบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชายถึง 3 เท่า โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่มีการเกิดพยาธิสภาพแบบค่อยเป็นค่อยไป ซึ่งเป็นความผิดปกติที่เกิดกับกระดูกอ่อน เมื่อผิวกระดูกถูกทำลายมากขึ้น ก็จะมีการอักเสบของเยื่อข้อ ถ้าเป็นมากจะปวดเวลากลางคืน บางรายเวลาอากาศชื้นและเย็นจะปวดมากขึ้น รวมทั้งมีอาการข้อแข็งเคลื่อนไหวลำบาก มีข้อจำกัดในการงอและเหยียดของข้อเข่า มีอาการบวมที่ข้อ โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคเรื้อรังต้องอาศัยระยะเวลาในการรักษาและขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการ อายุ และกิจวัตรประจำวัน เป็นโรคที่เป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิต

ทั้งนี้กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกโดยโรงพยาบาลการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ผสมผสานได้นำกระบวนการบำบัดโรคแบบการแพทย์ผสมผสานมาใช้เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีทางเลือกในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมโดยการใช้ยาแผนไทยคือ “สหัชธารา”เป็นยากลุ่มคลายกล้ามเนื้อ ลดการอักเสบ ลดอาการปวด ที่ผลวิจัยเทียบเคียง Diclofenac แต่ไม่ก่อผลข้างเคียงยาแถวัลย์เปรียง ครีมไฟลและตำรับยาพอกเข้า โดยสามารถใช้นี้ควบคู่ไป

กับการรักษาด้วย การนวดไทย การพอกเข้า การฝังเข็มตามหลักการแพทย์แผนจีน รวมถึงออกกำลังกายด้วยท่า  
ฤาษีตัดตนและการบริโภคอาหารการใช้ยาแผนไทย “สหัสธารา”จะเหมาะกับกรณี que เริ่มเป็นไม่มาก ส่วนยาเถาวัลย์  
เปรียงมีสรรพคุณช่วยลดอาการปวดบวม ครีมีไฟลและตำรับยาพอกเข้ามีสรรพคุณลดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ  
สำหรับการฝังเข็มจะเป็นกลไกกระตุ้นการหลั่งเคมีในร่างกายที่ช่วยระงับการเจ็บปวดจากอาการข้อเข่าเสื่อมปัจจุบัน  
ทั่วประเทศมีแพทย์แผนจีนกว่า 1,600 คนให้บริการฝังเข็มกระจายไปในแต่ละจังหวัดที่มีโรงพยาบาลประชาชน  
สามารถใช้สิทธิในการเบิกค่าใช้จ่ายบริการฝังเข็มได้ 150 บาท ต่อครั้งตามสิทธิการรักษาที่มี ซึ่งที่ผ่านมาพบว่าการ  
บำบัดโรคที่ทางโรงพยาบาลดำเนินการได้ผลดี จึงได้ขยายบริการมาที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทย อาคาร 2 ชั้น 7  
กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข นนทบุรีทุกวันพฤหัสบดี ยกเว้นวัน  
หยุดนักขัตฤกษ์เวลา 8.30 – 16.30 น. เพื่อการเข้าถึงบริการของประชาชน โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ  
“สำหรับข้อแนะนำในการป้องกันโรคข้อเข่าเสื่อมนั้น สามารถทำได้โดยควบคุมน้ำหนักตัวให้เหมาะสม เปลี่ยนแปลง  
พฤติกรรมในชีวิตประจำวัน เพื่อหลีกเลี่ยงการงอเข่ามากเกินไปกายภาพบำบัด บริหารกล้ามเนื้อด้วยท่าฤาษีตัดตน ,  
ท่านั่ง ควรนั่งบนเก้าอี้สูงระดับเข่า ซึ่งเมื่อนั่งห้อยขาแล้วฝ่าเท้าจะวางราบกับพื้นพอดีไม่ควรนั่งพับเพียบนั่งขัดสมาธิ  
นั่งคุกเข่า นั่งยอง ๆ หรือ นั่งราบบนพื้น เพราะจะทำให้ผิวข้อเข่าเสื่อมเร็วมากขึ้น นอกจากนี้เวลาเข้าห้องน้ำ สำหรับ  
ผู้สูงอายุควรนั่งถ่ายบนโถนั่งชักโครก หรือ นั่งบนเก้าอี้สามขาที่ใช้สำหรับผู้ป่วย และควรทำที่จับยึดบริเวณด้านข้าง  
โถนั่ง เพื่อใช้จับพยุงตัวเวลาจะลงนั่งหรือจะลุกขึ้นยืนเป็นต้น”นพ.สุริยะกล่าวในตอนท้าย