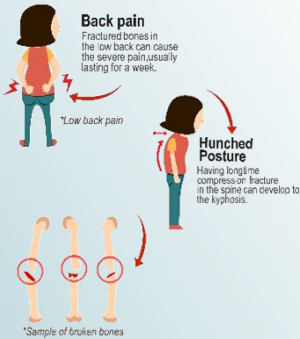
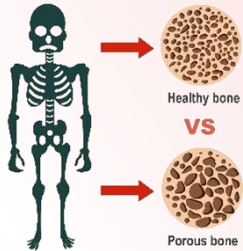




“กระดูกสันหลังหักยุบจากภาวะกระดูกพรุน”

บทความโดย น.ต.นพ.ธนัตถ์ วลัยบุญกุล
คัลยแพทย์ออร์โธปิดิกส์
ราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย

ภาวะกระดูกพรุน ถูกขนานนามว่าเป็น “ภัยเงียบ” เนื่องจากผู้ป่วยที่มีกระดูกเสื่อมลง กระดูกจะไม่มีอาการใด ๆ จนกระทั่งเกิดกระดูกหักขึ้นและบ่อยครั้งที่อาการแรกของผู้ป่วยที่มาพบแพทย์คือ “กระดูกหัก” นอกจากนี้ผู้ป่วยที่มาโรงพยาบาลด้วยกระดูกสะโพกหัก กระดูกสันหลังหักยุบเป็นจำนวนมาก ไม่เคยทราบมาก่อนว่ามีภาวะกระดูกพรุนเช่นกัน



กระดูกสันหลังหักยุบจากภาวะกระดูกพรุน เป็นกระดูกหักที่เกิดจากภาวะกระดูกพรุนที่พบได้บ่อยที่สุด อาจเกิดขึ้นจากการทล้มหรือจากการได้รับแรงกระแทกที่ไม่รุนแรงโดยไม่มีประวัติอุบัติเหตุ นำมาก่อน เช่น ภายหลังจากการยกของ การงอตัว หรือการหมุนตัว เป็นต้น สาเหตุเกิดจากรอยร้าวขนาดเล็กในโครงสร้างของกระดูกซึ่งบางลงในภาวะกระดูกพรุนในผู้ป่วยสูงอายุร่วมกับการที่มีรอยร้าวสะสมมากขึ้นจนเป็นเหตุให้เกิดภาวะกระดูกสันหลังหักยุบขึ้นได้

ในผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะไม่แสดงอาการ โดยเฉพาะในกรณีที่มีการหักยุบนั้นไม่มากจนเกิดหลังค่อมกว่าคานทั่วไปแต่ในบางรายจะมีอาการปวดรุนแรง และไม่สามารถลุกขึ้นนั่งหรือยืนได้ซึ่งสามารถวินิจฉัยได้โดยภาพถ่ายรังสีของกระดูกสันหลังระดับบอกและระดับเอว ในรูปหน้าตรงและด้านข้าง



หลังจากที่เกิดกระดูกสันหลังยุบลงจะทำให้หลังโก่งงอ หรือกระดูกหลังคด ปริมาตรของช่องท้องและช่องทรวงอกลดลง มีผลทำให้ท้องอืดแน่นและหายใจลำบาก นำมาซึ่งการเกิดความพิการและการลดทอนคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยได้

เป้าหมายของการรักษาแบบไม่ผ่าตัด คือ การลดความเจ็บปวด ได้แก่ การนอนพัก การให้ยาแก้ปวด การใช้กายอุปกรณ์สำหรับกระดูกสันหลัง การทำกายภาพบำบัด เป็นต้น และการให้ยารักษาภาวะกระดูกพรุน เพื่อป้องกันการเกิดกระดูกหักซ้ำในอนาคต

Workout can boost your bone health.



Eat high calcium and vitamin D foods.



Take vitamins and supplements.



Avoid smoking and drinking.



การรักษาแบบผ่าตัดจะใช้ในกรณีที่การรักษาแบบไม่ผ่าตัดไม่ได้ผล มีอาการของการกดทับเส้นประสาทมีกระดูกสันหลังที่ไม่มั่นคงหรือผิดรูป ซึ่งอาจแบ่งแนวทางการรักษาด้วยการผ่าตัดเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ การฉีดซีเมนต์เพื่อเสริมความแข็งแรงให้กับกระดูกสันหลังโดยการเจาะผ่านผิวหนัง ซึ่งอาจร่วมกับการใช้อุปกรณ์ในการถ่างขยายกระดูกสันหลังก่อนการฉีดซีเมนต์ก็ได้ และการผ่าตัดแบบเปิดเพื่อรักษาการกดทับเส้นประสาท และแก้ไขความผิดรูปของกระดูกสันหลังร่วมกับการใช้เครื่องมือยึดตรึงกระดูกสันหลังเพื่อเสริมสร้างความมั่นคง