



บทความหลังข่าว 12.00 น.

ออกอากาศวันอาทิตย์ที่ 29 เดือนมกราคม พ.ศ. 2566

บทความประจำวัน วันนี้เสนอเรื่อง “ข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ รักษาได้ ก่อนสายเกิน”

ท่านผู้ฟังครับ/คะ กรมการแพทย์ให้ความสำคัญเรื่องการดูแลผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง จึงต้องให้ความสำคัญในการดูแลเป็นอย่างมาก เนื่องจากด้วยวัยที่สูงขึ้นมีการเสื่อมถอยของร่างกาย จึงทำให้เกิดโรคต่างๆ ได้ง่าย และโรคที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุคือโรคข้อเข่าเสื่อม ซึ่งหากไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องอาจเพิ่มระดับความรุนแรงของโรค และมีผลกระทบต่อชีวิตประจำวันได้ ครับ/คะ

นายแพทย์ณัฐพงศ์ วงศ์วิวัฒน์ รองอธิบดีกรมการแพทย์ กล่าวว่า โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 65 ปีขึ้นไป และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โรคข้อเข่าเสื่อมเกิดจากการเสื่อมสภาพของเนื้อเยื่อรอบข้อและการแคบของช่องระหว่างเข่า เนื่องจากการสูญเสียกระดูกอ่อนข้อเข่า ทำให้เกิดอาการปวดเข่า หัวเข่าบวมแดง เข่าตึงยึด มีเสียงในเข่า ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติ เช่น การเดิน ลุก นั่ง ขึ้นลงบันได หากไม่ได้ทำการรักษา อาจเพิ่มระดับความรุนแรงของโรคและเพิ่มความเสียหายของข้อเข่า บางรายที่มีอาการรุนแรงอาจทำให้ขาโก่งผิดรูปได้ และสิ่งที่น่ากังวลเพิ่มขึ้นคือเมื่อเกิดอาการเจ็บปวดมากก็ยิ่งทำให้ต้องลดการเคลื่อนไหว เมื่อลดการเคลื่อนไหวก็ยิ่งทำให้กล้ามเนื้ออ่อนแอ อาจทำให้ร่างกายมีภาวะแทรกซ้อนของโรคต่างๆ ตามมาได้เช่นกัน ปัจจัยที่กระตุ้นให้เกิดโรคข้อเข่าเสื่อมนั้นมีหลายปัจจัย อาทิ พฤติกรรมที่สะสมจากการใช้ข้อเข่าที่ไม่ถูกต้องตั้งแต่วัยหนุ่มสาว น้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น อายุที่มากขึ้นทำให้การซ่อมแซมกระดูกลดลง เป็นต้น

สำหรับระดับอาการของโรคข้อเข่าเสื่อมนั้น เริ่มแรกจะมีอาการเจ็บปวดข้อเล็กน้อย มีอาการตึงของข้อเข่าเมื่อเปลี่ยนท่าทาง หัวเข่ามีเสียงจากการเสียดสีของกระดูก แนะนำให้รีบพบแพทย์ตั้งแต่ระยะเริ่มแรก และเมื่อกระดูกอ่อนเริ่มสึกกร่อนมากขึ้น เกิดเสียงในเข่าเพิ่มขึ้น มีอาการหมอนรองกระดูกเสียหายมากขึ้น และกล้ามเนื้อมีความแข็งแรงลดลง ทำให้เกิดการเจ็บปวดมากขึ้น ถ้าหากปล่อยปละละเลยโดยไม่มีการเข้าพบแพทย์เพื่อทำการรักษาจะยิ่งเพิ่มความรุนแรงของโรค กระดูกเริ่มหลุดร่อน มีรอยแตกมากขึ้น เกิดกระดูกงอกขนาดใหญ่จำนวนมากในบริเวณข้อเข่า กล้ามเนื้อรอบเข่าอ่อนแรง ช่องแคบในเข่าชิดติดกัน จะทำให้มีอาการเจ็บปวดมาก ข้อเข่าผิดรูป ขาโก่งออก เข่าบวมโต

ท่านผู้ฟังครับ/คะ ดังนั้นขอเน้นย้ำว่าควรเข้าพบแพทย์ทันทีที่มีอาการข้อเข่าเสื่อมในระยะเริ่มแรก สำหรับการรักษานั้นมีหลายวิธีขึ้นอยู่กับระดับความรุนแรงของโรค มีทั้งการใช้ยารักษาเพื่อควบคุมอาการของโรค การฉีดยารักษา การทำกายภาพบำบัด และการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม ครับ/คะ

จบบทความประจำวัน เรื่อง “ข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ รักษาได้ ก่อนสายเกิน”

เรียบเรียงโดย ขนิษฐา ยิ้มดี / เตชินท์ มัชฌันติกะ นำเสนอ

ท่านผู้ฟังที่สนใจบทความดังกล่าว สามารถดาวน์โหลดได้ที่เว็บไซต์ สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย radiothailand.prd.go.th ติดต่อได้ที่ส่วนกระจายเสียงในประเทศ โทรศัพท์ 0 2277 3804 ในวันและเวลาราชการ

ที่มา : กรมการแพทย์