

## Q & A เรื่อง ขาขยับไม่ได้ทั้ง 2 ข้างจากการบาดเจ็บไขสันหลัง (Spinal Cord Injury)

BY...FIRSTPHYSIO

<http://www.firstphysioclinics.com>

Line ID: 0852644994

**Q : ปัญหาจากการขยับถ่ายปัสสาวะจะเกิดอะไรขึ้นในผู้ป่วย โรคการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury**

**A :** กระแสประสาทไม่สามารถผ่านตรงที่เสียหายได้หรือถ้าเป็นน้อยก็อาจจะผ่านได้บ้างแต่อาจได้น้อย จึงต้องมีการแก้ไขด้วยวิธีต่าง ๆ ไม่เช่นนั้นปัสสาวะอาจย้อนขึ้นไตได้ วิธีหลัก ๆ ก็มี การสวนสายคาสวนเป็นเวลา การเจาะกระเพาะปัสสาวะ

**Q : ปัญหาจากการขยับอุจจาระจะเกิดอะไรขึ้นในผู้ป่วย โรคการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury**

**A :** อุจจาระออกมาโดยไม่รู้ตัว เช่น เวลาเบ่งปัสสาวะ อุจจาระก็ออกมาด้วย หลังจากการฝึกขยับอุจจาระแล้ว ส่วนใหญ่มักถ่ายอุจจาระออกได้เอง

**Q : แผลกดทับ 4 ระดับมีอะไรบ้าง**

**A :** ระดับ 1 ผิวหนังไม่มีการฉีกขาด

ระดับ 2 ผิวหนังส่วนบนหลุดออก ฉีกขาดเป็นแผลตื้น มีรอยแดงบริเวณเนื้อเยื่อ

ระดับ 3 มีการทำลายผิวหนังถึงชั้นไขมัน มีรอยแผลลึกเป็นหลุมโพรง มีสิ่งขับหลังออกจากแผล

ระดับ 4 มีการทำลายถึงเส้นเอ็น กล้ามเนื้อ กระดูก แผลเป็นโพรง มีสิ่งขับหลังออกจากแผลมาก มีกลิ่นเหม็น

**Q : การป้องกันภาวะแผลกดทับในผู้ป่วย โรคการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury ทำอย่างไร**

**A :** ควรเปลี่ยนท่านอนอย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง เพื่อให้ส่วนใดส่วนหนึ่งไม่รับแรงกดนานเกินไป ถ้าเปลี่ยนท่านอนแล้วรอยแดงบริเวณผิวหนังไม่หายภายใน 30 นาทีอาจจะพิจารณาให้เปลี่ยนท่านอนได้บ่อยขึ้น โดยมีการหมุนเวียนเปลี่ยนท่านอน เช่น นอนหงาย นอนตะแคงซ้าย นอนตะแคงขวา สลับกันไปการนอนตะแคง ควรจัดให้นอนตะแคงกึ่งหงาย ใช้หมอนยาวรับตลอดแนวลำตัว รวมทั้งบริเวณข้อเข่า ข้อเท้า ควรทำให้สะโพก ทำมุม 30 องศา และใช้หมอนรองตามปุ่มกระดูกและใบหู

**Q : อาการทั่วไปของโรคการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury**

**A :** - สูญเสียการเคลื่อนไหว

- สูญเสียการรับความรู้สึก ประกอบด้วย ความรู้สึกสัมผัส ร้อน - เย็น

- สูญเสียการควบคุมการถ่ายปัสสาวะและอุจจาระ

- รู้สึกเจ็บเนื่องจากไขสันหลังหรือเส้นประสาทไขสันหลังได้รับความเสียหาย
- การหายใจ การไอ การกำจัดเสมหะออกจากปอด ทำได้ยากขึ้น

**Q : กิจกรรมใดที่สามารถฟื้นฟูกล้ามเนื้อของผู้ป่วยได้บ้าง**

**A : ฝึกกำลังกล้ามเนื้อและฝึก Hand function ให้กับผู้ป่วย**

**Q : กิจกรรมใดที่เป็นการฝึก Functional training ให้กับผู้ป่วย**

**A : การฝึก ADL เช่น การอาบน้ำ การแต่งตัว การปรุงอาหาร การรับประทานอาหาร การดูแลทำความสะอาดที่อยู่อาศัย ด้วยสภาพร่างกายที่เหลืออยู่ของผู้ป่วย**

**Q : สาเหตุของโรคการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury มีอะไรบ้าง**

**A : ตกจากที่สูง ศีรษะกระแทกพื้นและอุบัติเหตุจากการจราจรเป็นสาเหตุที่พบบ่อย เนื่องจากอาชีพและความเจริญทางวัตถุรองลงมาคือ ถูกยิง วัตถุหล่นทับ**

**Q : อาการและอาการแสดงของผู้ป่วยการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury มีลักษณะใด**

**A : Spinal shock ซึ่งจะมีอาการอ่อนแรงชนิดอ่อนปวกเปียก ( Flaccid )**

**Q : ส่วนใหญ่การรักษาผู้ป่วยการบาดเจ็บไขสันหลัง Spinal Cord Injury จะเน้นการฝึกกล้ามเนื้อแบบใด**

**A : เน้นการฝึกเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่เหลืออยู่เพื่อทดแทนกล้ามเนื้อที่เสียไป**

>>> ถาม-ตอบ รายละเอียดเพิ่มเติม ... คลินิกกายภาพบำบัดเฟิร์สฟิสิโอ

