

โรคของข้อต่อขากรรไกร และกล้ามเนื้อบริเวณรอบๆ ข้อต่อขากรรไกร

รศ.นพ. ปารยะ อาศนะเสน
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคนี้ไม่เพียงแต่เกิดจากความผิดปกติของข้อต่อขากรรไกร แต่อาจเกิดจากความผิดปกติของกล้ามเนื้อที่อยู่รอบๆ ข้อต่อขากรรไกร หรือกล้ามเนื้อที่ใช้ในการเคี้ยว เช่น กล้ามเนื้อ masseter, temporalis, lateral pterygoid ด้วย ข้อต่อขากรรไกรเป็นบริเวณที่เชื่อมต่อระหว่างกะโหลกศีรษะและขากรรไกรล่าง ความผิดปกติของกล้ามเนื้อบริเวณรอบๆ ข้อต่อขากรรไกรนี้ มักเกิดจากมีการทำงานของกล้ามเนื้อบริเวณดังกล่าวมากผิดปกติ โดยเฉพาะถ้ามีความเครียด ซึ่งจะทำให้เกิดอาการปวดและมีการอ่อนล้าของกล้ามเนื้อได้ ซึ่งอาจเกิดจากใช้กล้ามเนื้อมากเกินไป หรือใช้ผิดประเภท เช่น เคี้ยวข้างใดข้างหนึ่งมากกว่าอีกข้าง, เคี้ยวของแข็ง, มีการสบฟันที่ผิดปกติ ทำให้กล้ามเนื้อทั้ง 2 ข้างทำงานไม่สมดุลกัน ผู้ป่วยบางรายอาจมีประวัติของการนอนกัดฟัน

อาการ

- ปวดบริเวณข้อต่อขากรรไกร(หน้าหู)หรือบริเวณกล้ามเนื้อที่ใช้ในการเคี้ยว
- อ้า หรือหุบปากได้จำกัด(มีการจำกัดการเคลื่อนไหวของขากรรไกร)
- เวลาเคลื่อนไหวขากรรไกร แล้วมีเสียงผิดปกติที่ข้อต่อขากรรไกร เช่น เสียงคลิก หรือ เสียง

กรูบกรับ

- อ้า หุบปาก หรือเคลื่อนไหวขากรรไกรแล้วมีอาการเจ็บหรือปวด
- ขากรรไกรค้าง(ไม่สามารถอ้าปากได้ หรืออ้าปากแล้วไม่สามารถหุบได้)
- ผู้ป่วยอาจมาด้วยอาการปวดบริเวณใบหน้า ซีกใดซีกหนึ่งก็ได้

อาการแสดง

- เวลาอดกลืนกล้ามเนื้อที่ใช้ในการเคี้ยวข้างที่เจ็บ แล้วมีอาการเจ็บ
- เวลาอดข้อต่อขากรรไกรข้างที่เจ็บ แล้วมีอาการเจ็บ
- มีการเบี่ยงเบนของขากรรไกรล่าง เวลาเคลื่อนไหว

การรักษา

- 1) รับประทานยาลดการอักเสบ และบรรเทาอาการปวด พวก nonsteroidal anti-inflammatory

drugs(NSAIDs),paracetamol,ยาคลายกล้ามเนื้อ, ยาคลายกังวล(ซึ่งจะช่วยลดภาวะการทำงาน
มากผิดปกติของกล้ามเนื้อรอบ ๆ ข้อต่อขากรรไกร)

2)แนะนำให้รับประทานอาหารอ่อน ๆ เช่น โจ๊ก,ข้าวต้ม หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารแข็ง
เช่น น้ำแข็ง หรืออาหารที่ต้องใช้แรงเคี้ยวมาก เช่น อ้อย โดยเฉพาะข้างที่เจ็บ

3)อาจใช้น้ำอุ่นประคบ กล้ามเนื้อที่อยู่รอบ ๆ ขากรรไกร

4)ควรปรึกษาทันตแพทย์ เพื่อตรวจสอบการสบฟันว่ามีการสบฟันที่ผิดปกติ(malocclusion)ที่
เป็นสาเหตุของการเคลื่อนไหวของขากรรไกรที่ไม่สมดุลกัน ทำให้ปวดบริเวณข้อต่อขากรรไกร
หรือไม่

5)ถ้ามีอาการปวดมาก ทันตแพทย์อาจพิจารณาใส่ที่ครอบฟัน(bite appliance or splints)เพื่อ
ทำให้การสบฟันคงที่ ลดแรงกระแทกต่อข้อต่อขากรรไกรที่เป็นปัญหา ช่วยลดอาการปวดได้ดี
โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีปัญหาอนกัดฟัน(bruxism)

6)ถ้าผู้ป่วยดีขึ้น อาจทำกายภาพบำบัด และกิจกรรมลดความเครียด

7)ถ้าให้การรักษาด้วยยาเต็มที่แล้วไม่ดีขึ้น ยังมีอาการปวดค่อนข้างรุนแรง หรือมีความผิดปกติ
ภายในของข้อต่อขากรรไกร อาจพิจารณาผ่าตัดรักษา