

เฟือก อุปกรณ์ตามกระดูกและข้อ

อ.นพ.บวรฤทธิ์ จักรไพวงศ์
ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

หลายคนอาจคุ้นเคยกับคำว่า “เฟือก” เป็นอุปกรณ์ที่ช่วยตามกระดูกให้เข้าที่ แต่ในความเป็นจริงเฟือกมีบทบาทอื่นอีก และใช้อย่างไรจึงเกิดประโยชน์สูงสุด มีความรู้มาฝากค่ะ

เฟือก

จากวันนั้นถึงวันนี้ เฟือกได้มีพัฒนาการมาแล้วหลายรุ่นตั้งแต่ทำจากไม้ ลักษณะเป็นซี่ถักติดกันเป็นแผ่นสำหรับตามกระดูกหัก ซึ่งแพทย์แผนโบราณจะจัดตั้งกระดูกให้เข้าที่ แล้วทาด้วยน้ำมันมนต์ พันห่อแขนขาขึ้น ๆ ไว้ด้วยเฟือก เพื่อให้อวัยวะส่วนนั้นได้อยู่นิ่ง ๆ เป็นการลดความเจ็บปวด ลดบวม และทำให้กระดูกหักนั้นติดกันดีดังเดิม ต่อมาได้มีการพัฒนาวัสดุอื่นมาใช้เป็นเฟือกแทนไม้ ได้แก่ ปูน พลาสติกหรือเฟือกปูน และสารสังเคราะห์ หรือที่มักเรียกว่า “เฟือกพลาสติก” ทำจากไฟเบอร์กลาส เรซิน ที่มีน้ำหนักเบา แข็งแรง และยังปรับแต่งรูปทรงให้เหมาะสมกับอวัยวะส่วนนั้น

เฟือกมีอยู่ 2 ชนิดคือ

1. **เฟือกปูน** ทำจากปูนพลาสติกมาเคลือบบนผ้าฝ้าย เมื่อใส่แล้วก็จะมีสีขาวนิ่มใช้กันเนื่องจากราคาค่อนข้างถูก การใส่เฟือก การตัดเฟือก ดัดเฟือกก็ทำได้ง่าย แต่มีน้ำหนักค่อนข้างมาก แตร้าวง่าย ระบายอากาศไม่ค่อยดี อาจทำให้คันเพราะความอับชื้น ยิ่งถูกน้ำเฟือกก็จะเสียดความแข็งแรง ซึ่งเมื่อใส่เฟือกปูนแล้วจะต้องใช้เวลา 2-3 วัน เฟือกจึงแข็ง ดังนั้นจึงไม่ควรเดินลงน้ำหนักก่อนเมื่อใส่เสร็จใหม่ ๆ

2. **เฟือกพลาสติก** เป็นพลาสติกสังเคราะห์ มีน้ำหนักเบา ระบายอากาศได้ดี แข็งแรงทนทาน และเมื่อถ่ายภาพรังสี จะเห็นกระดูกได้ชัดเจนกว่าแต่ราคาแพง เวลาตัดเฟือก ดัดเฟือกทำได้ยาก ทำให้ต้องตัดออกและใส่เฟือกใหม่อีกครั้ง แต่ข้อดีคือ เฟือกพลาสติกแห้งเร็วภายใน 1 ชั่วโมง

เมื่อไหร่เข้าเฟือก

1. กระดูก ข้อเคลื่อนหรือหัก ในรายที่ได้รับบาดเจ็บหรืออักเสบของกระดูก ข้อ กล้ามเนื้อ

เอ็น เส้นประสาท หรือเป็นโรคกระดูก เพื่อให้อวัยวะส่วนนั้นอยู่นิ่ง ๆ ทั้งลดอาการปวด บวม อักเสบ ของอวัยวะนั้นให้ทุเลาลง และหายเป็นปกติโดยเร็ว

2. แก้ไขความผิดปกติของอวัยวะ เช่น เท้าปุกให้กลับมามีรูปทรงที่ปกติ และทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ต่อไป

3. ป้องกันการหดรั้งของกล้ามเนื้อ หรือเนื้อเยื่ออื่น ๆ เช่น แผลจากไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ดูแลตนเองและเฝือก

โดยทั่วไปถ้าไม่มีปัญหา แพทย์จะนัดผู้ป่วยมาตรวจซ้ำประมาณ 1-2 อาทิตย์หลังใส่เฝือก เพื่อดูอาการและดูว่าเฝือกหลวมหรือไม่ ถ้าเฝือกหลวมก็อาจต้องเอ็กซเรย์และเปลี่ยนเฝือกให้ใหม่ ถ้าเฝือกแน่นและแข็งแรงดีอยู่ แพทย์ก็จะนัดทุก 1-2 เดือน เพื่อเอ็กซเรย์กระดูกจนกว่ากระดูกจะติดสนิท ซึ่งแพทย์จะใส่เฝือกไว้ประมาณ 4-6 อาทิตย์ แต่กระดูกจะติดสนิทนั้นจะต้องใช้เวลาถึง 4-6 เดือน ดังนั้นถึงแม้ว่าจะเอาเฝือกออกแล้ว กระดูกที่หักก็ยังติดไม่สนิทจึงควรระมัดระวังในการใช้งานและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ ไม่เช่นนั้นกระดูกที่เริ่มติดก็อาจจะหักซ้ำได้ ทำให้ต้องมาเริ่มต้นรักษาใหม่ แต่ในขณะที่ใส่เฝือกอยู่ต้องระวัง ดังนี้

1. อย่าทำให้เฝือกเปียกน้ำ
2. อย่าตัดเจาะหรือใช้ของแข็งแรงแเข้าไปในเฝือก
3. หากมีอาการเหล่านี้เกิดขึ้นในขณะที่ใส่เฝือกอยู่ ควรพบแพทย์โดยด่วน
 - เมื่อมีอาการปวดมากยิ่งขึ้น หรือบวมที่บริเวณต่ำกว่าขอบเฝือก เนื่องจากการไหลเวียนของเลือดไม่ดี
 - เมื่อนิ้วมือหรือนิ้วเท้าข้างที่เข้าเฝือก มีสีเขียวคล้ำ หรือซีด ขาวบวมมากขึ้นหรือมีอาการชา
 - เมื่อไม่สามารถขยับเขยื้อนนิ้วมือ หรือนิ้วเท้าข้างที่ใส่เฝือกได้
 - เมื่อมีวัตถุแปลกปลอมหลุดเข้าไปในเฝือก อาจทำให้เกิดแผลกดทับและติดเชื้อตามมาได้
 - เมื่อพบว่าเฝือกหลวม บวมสลายหรือแตกหัก
 - มีเลือด น้ำเหลือง หรือหนองไหลซึม ออกมาจากเฝือกหรือมีกลิ่นเหม็น

ใส่เฝือกได้ดังหวัง

1. เฝือกต้องมีความกระชับกับอวัยวะนั้นๆ มากที่สุด ไม่หลวม หรือ แน่นคับจนเกินไป
2. มีความยาวเพียงพอ โดยครอบคลุมข้อที่อยู่เหนือและต่ำลงไปกว่าอวัยวะที่ต้องการให้อยู่นิ่ง ๆ ไม่ให้มีการเคลื่อนไหวได้
3. เฝือกต้องมีความแข็งแรงพอ ไม่บวมสลาย ไม่อ่อนนิ่ม หรือไม่หักได้ง่าย

อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนเมื่อเข้าเฝือก

1. เฝือกหลวม เนื่องจากอวัยวะภายในเฝือกยุบวมลง หรือเข้าเฝือกไม่กระชับตั้งแต่แรก
2. เฝือกคับหรือแน่นเกินไป จากการบวมที่เกิดหลังการเข้าเฝือก
3. การเข้าเฝือกนานเกินไป ทำให้ข้อติดยึด
4. การถอดเฝือกออกเร็วเกินไปโดยที่กระดูกยังไม่ติดกันดี ทำให้การเคลื่อนหลุดของปลายกระดูกที่หัก เกิดติดผิดรูปติดซ้ำหรือไม่ติด

พึงเข้าใจการเข้าเฝือกเป็นวิธีรักษาอย่างหนึ่ง มิใช่การลงโทษหรือการซื้อขายของ ที่อาจต่อรองลดหย่อนในลักษณะที่ผิดหลักการได้ คุณอาจรู้สึกรำคาญ หงุดหงิด แต่นั่นก็คืออุปกรณ์ที่ช่วยให้คุณหายจากโรคได้