

## กระดูกสันหลังคดแก้ไขได้

ศ.คลินิก นพ.สุรินทร์ ธนพิพัฒน์ศิริ

ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

หลายคนสอบถามมาว่า ลูกหลานแบกกระเป๋าที่มีน้ำหนักมาก ๆ ไปโรงเรียน จะทำให้ลูกหลานเป็นโรคกระดูกสันหลังคดหรือไม่ มาหาคำตอบกัน

**โรคกระดูกสันหลังคด** หมายถึง กระดูกสันหลังมีการผิดรูป เนื่องจากการคดออกไปด้านข้างซ้ายหรือข้างขวา **สาเหตุที่ทำให้เกิดกระดูกสันหลังคด**มีหลายประการ เช่น การสร้างและการเจริญเติบโตที่ผิดปกติของกระดูกสันหลังตั้งแต่กำเนิด กล้ามเนื้อหรือระบบประสาทผิดปกติ โรคทำวแสนปม เป็นต้น แต่ที่พบบ่อยที่สุด ประมาณร้อยละ 80 ของผู้ป่วยกระดูกสันหลังคดทุกชนิด คือ กระดูกสันหลังคดชนิดที่ไม่พบสาเหตุ ซึ่งมักพบในช่วงอายุระหว่าง 10 - 15 ปี

**อาการ**ของผู้ป่วย คือ มีแนวกระดูกสันหลังไม่ตรง ระดับหัวไหล่ 2 ข้างไม่เท่ากัน ระดับเอวไม่เท่ากัน ด้านหลังนูนทำให้คิดว่าหลังโก่ง ผู้ป่วยหรือผู้ปกครองจึงมักมาพบแพทย์ด้วยความกังวลเกี่ยวกับรูปร่าง มีส่วนน้อยเท่านั้นที่อาจมีอาการปวดหลัง

นอกจากการตรวจดูลักษณะที่ผิดรูปแล้ว แพทย์จะตรวจการทำงานของระบบประสาท และส่งตรวจทางรังสีเพื่อการวินิจฉัยและประเมินระดับความรุนแรงของกระดูกสันหลังคด รวมทั้งพิจารณาวิธีการรักษาที่เหมาะสม ซึ่งแบ่งได้เป็น 3 แนวทาง คือ การสังเกตอาการ การใส่เสื้อเกราะ และการผ่าตัด

**การสังเกตอาการ** ในกรณีที่กระดูกสันหลังมีความคดน้อยกว่า 20 - 30 องศา แพทย์จะนัดตรวจติดตามอาการอย่างใกล้ชิดทุก 4 - 6 เดือน หากมีความคดมากกว่า 30 องศา ควรใส่เสื้อเกราะหรือเสื้อเกราะเพื่อตัดกระดูกสันหลัง และควบคุมไม่ให้กระดูกสันหลังคดมากขึ้น โดยใส่ประมาณ 23 ชั่วโมงต่อวัน ยกเว้นเวลาอาบน้ำหรือเล่นกีฬา

**การใส่เสื้อเกราะ** จะต้องใส่จนกว่าผู้ป่วยหยุดการเจริญเติบโต และค่อย ๆ ลดจำนวนชั่วโมงที่ใส่ลงจนแน่ใจว่า กระดูกสันหลังไม่คดมากขึ้นจึงจะหยุดใส่

**ส่วนการรักษาด้วยการผ่าตัด** ควรจะทำในกรณีที่ผู้ป่วยมีกระดูกสันหลังคดมากกว่า 45 องศา และยังไม่หยุดการเจริญเติบโต หรือมีความคดมากกว่า 50 - 55 องศาในผู้ป่วยที่หยุดการเจริญเติบโตแล้ว โดยการใส่โลหะตามกระดูกสันหลังในการจัดแนวกระดูกสันหลังให้ตรงขึ้นและเชื่อมข้อกระดูกสันหลังให้ติดแข็ง

**ภายหลังการผ่าตัด** ควรดกกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวของกระดูกสันหลังมาก เช่น การก้มตัว การบิดตัว นานประมาณ 3 - 6 เดือน แล้วจึงเริ่มออกกำลังกายที่ไม่เสี่ยงต่อการบาดเจ็บ เช่น เดิน ว่ายน้ำ วิ่งเหยาะ ปั่นจักรยานอยู่กับที่ เป็นต้น

โดยสรุป กระดูกสันหลังคดที่พบบ่อยในช่วงวัยรุ่น ส่วนมากเป็นชนิดที่ไม่ทราบสาเหตุ (adolescent idiopathic scoliosis) กล่าวคือ ยังศึกษาค้นคว้าไม่พบว่ากระดูกสันหลังคดเพราะสาเหตุใด อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยเด็กที่มีกระดูกสันหลังคด หรือสงสัยว่าจะมีกระดูกสันหลังคดควรพบแพทย์เพื่อการตรวจวินิจฉัย และหากตรวจยืนยันแล้วว่า มีกระดูกสันหลังคดควรรับการรักษาและติดตามอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจากกระดูกสันหลังอาจคดมากขึ้น