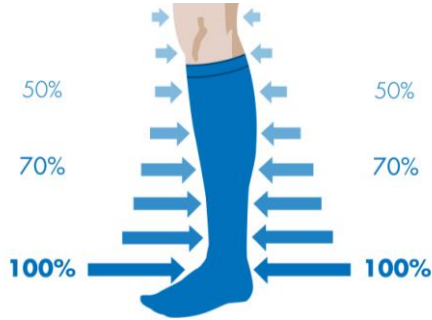


ถุงน่องประคองหลอดเลือดดำหรือถุงน่องทางการแพทย์

เป็นอุปกรณ์ที่ผลิตจากผ้ายืดที่มีคุณสมบัติพิเศษที่สามารถกำหนดความดันของหลอดเลือดดำบริเวณข้อเท้าได้ตามแผนการรักษา และค่อยๆ ลดลงเหลือประมาณครึ่งหนึ่งที่บริเวณต้นขา



ความดันของถุงน่องทางการแพทย์มีส่วนช่วยให้กล้ามเนื้อบริเวณน่องขาบีบตัวได้ดีขึ้นเช่นเดียวกับการพันผ้ายืด ส่งผลให้ลิ้นในหลอดเลือดดำกลับมาทำงานได้อย่างปกติ

บุคคลที่จำเป็นต้องใส่ถุงน่องทางการแพทย์ ได้แก่

- ผู้ป่วยโรคเส้นเลือดดำขอดหรือโป่งพอง
- ผู้ที่ต้องการใส่เพื่อป้องกันการเกิดเส้นเลือดดำโป่งพอง
- ผู้ป่วยที่มีภาวะหลอดเลือดดำทำงานบกพร่องเรื้อรัง ซึ่งมีอาการต่างๆ ดังนี้

		
ระยะที่ 1 เกิดหลอดเลือดดำฝอยได้	ระยะที่ 2 เกิดหลอดเลือดดำโป่งพอง	ระยะที่ 3 มีขาบวมจากการคั่งของสารน้ำ
		
ระยะที่ 4 ผิวหนังขึ้นนูนเปลี่ยนแปลงไป	ระยะที่ 5 แผลหลอดเลือดดำคั่งที่ขาในระยะเริ่มแรก	ระยะที่ 6 เกิดแผลหลอดเลือดดำคั่งที่ขาเรื้อรัง

ประโยชน์ของถุงน่องทางการแพทย์

1. ช่วยให้ระบบไหลเวียนเลือดดำดีขึ้น
2. ช่วยลดการคั่งของสารน้ำบริเวณขา
3. ช่วยป้องกันการเกิดลิ้นเลือดของหลอดเลือดดำชั้นลึก
4. ช่วยป้องกันเส้นเลือดโป่งพองซ้ำหลังผ่าตัด
5. บรรเทาอาการที่เกิดจากภาวะหลอดเลือดดำทำงานบกพร่องเรื้อรัง



ก่อนใส่ถุงน่องผู้ป่วยต้องทำอย่างไรบ้าง

ผู้ป่วยจำเป็นต้องได้รับการตรวจร่างกาย โดยการคลำชีพจรที่เท้าจากแพทย์หรือพยาบาล เพื่อยืนยันว่าไม่มีโรคหลอดเลือดแดงส่วนปลายอุดตัน ซึ่งเป็นข้อห้ามในการใส่ถุงน่อง อาจทำให้เกิดภาวะเนื้อเยื่อส่วนปลายขาดเลือดไปเลี้ยงได้

ถุงน่องที่แพทย์นิยมแนะนำให้ใช้ สามารถแบ่งได้ 2 ลักษณะคือ

1. แบ่งตามขนาดความดันได้ 2 ระดับ คือ

1.1 Class II : ความดันข้อเท้าเท่ากับ 20-30 mmHg เหมาะสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดดำโป่งพอง ผู้ป่วยที่มีภาวะหลอดเลือดดำทำงานบกพร่องเรื้อรัง และเพื่อป้องกันการเกิดแผลภายหลังจากการรักษาหลอดเลือดดำชั้นลึกของขาอุดตัน

1.2 Class III : แรงบีบ 30-40 mmHg

เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีแผลเลือดดำคั่งที่ขา ทั้งในระยะที่มีแผลและภายหลังจากแผลหายแล้ว เพื่อป้องกันการเกิดซ้ำของแผลหลอดเลือดดำคั่ง

2. แบ่งตามระดับของถุงน่อง ซึ่งมี 3 ระดับ ได้แก่ ระดับใต้เข่า ต้นขา และเต็มตัว ซึ่งจะเลือกใส่แบบใดขึ้นอยู่กับตำแหน่งที่พบรอยโรคของลิ้นภายในหลอดเลือดดำขา และความเหมาะสมของผู้ป่วยแต่ละราย

ผู้ป่วยควรสวมถุงน่องเวลาใดบ้าง

ผู้ป่วยควรสวมถุงน่องทุกวันตลอดเวลาที่ยืน นั่งทำงาน หรือเดินทางไกล และถอดออกช่วงเวลาเข้านอน เนื่องจากในขณะที่นอนความดันบริเวณข้อเท้าไม่สูง ผู้ป่วยจึงไม่จำเป็นต้องใส่ถุงน่องเพียงแต่นอนยกขาสูงกรณีที่มีขาบวมร่วมด้วย

ในวันที่ผู้ป่วยไม่สะดวกใส่ถุงน่อง แนะนำให้ทำการบริหารน่องขาเป็นระยะๆ โดยในท่านี้ให้กระดกปลายเท้าขึ้นลงและหมุนข้อเท้า ส่วนทำยืนให้เขย่งปลายเท้าขึ้นลง ดังรูป



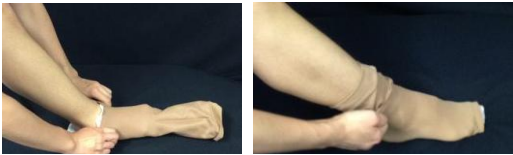
วิธีการใส่และถอดถุงน่องทางการแพทย์



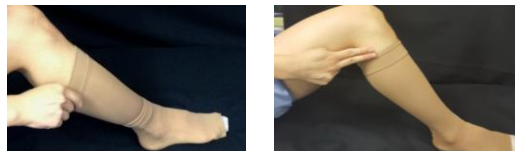
1. สอดมือข้างที่ถนัดเข้าไปในถุงน่อง โดยให้นิ้วโป่งสอดเข้าไปในส่วนที่เป็นสันเท้าของถุงน่อง



2. ใช้มืออีกข้าง ตลบถุงน่องเพื่อเอาด้านในออกมาเป็นด้านนอก โดยจับส่วนปลายเท้าไว้ เพื่อให้ส่วนสันเท้าอยู่ด้านในดั้งเดิม



3. ใส่ถุงน่องที่พับสันเท้าไว้ เข้ากับปลายเท้า และค่อยๆ ดึงขึ้น (ถ้ามีญาติช่วยใส่ แนะนำให้ดึงจากฝั่งที่ผู้ป่วยนั่ง)



4. ตลบถุงน่องด้านนอกออก และดึงขึ้นให้เรียบแนบไปกับผิวหนัง (อาจพับขอบถุงน่องลง เพื่อลดการเสียดสีบริเวณใต้เข่า)



5. พับถุงน่องและค่อยๆ เลื่อนลงมาที่สันเท้า ใช้นิ้วหัวแม่มือเกี่ยวรอยพับและดันไปที่ปลายเท้า ค่อยๆ ดึงถุงน่องออกอย่างช้าๆ

การใส่ถุงน่องอาจทำให้ท่านรู้สึกอึดอัด รำคาญ และมีอาการคันโดยเฉพาะตำแหน่งที่มีซิลิโคนบริเวณต้นขา ซึ่งอาจป้องกันได้ด้วยการทาแป้งหรือโลชั่นเพื่อบรรเทาอาการคัน แต่เมื่อใส่ถุงน่องไปซักระยะก็จะเกิดความคันขึ้น อาการคันก็จะหายไปนที่สุด

โดยทั่วไปถุงน่องทางการแพทย์จะมีอายุการใช้งานประมาณ 1 ปี ขึ้นอยู่กับวิธีการดูแลรักษาของผู้ใช้แต่ละราย โดยวิธีการดูแลรักษาถุงน่องมีดังนี้

1. ควรซักถุงน่องด้วยมือ สบู่และน้ำอุณหภูมิปกติ
2. ไม่ควรบิดถุงน่องด้วยความแรง เพียงแต่บีบน้ำออกและปล่อยให้ถุงน่องให้แห้งโดยการตากในที่ร่ม
3. ดูแลตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้นอยู่เสมอ และถอดเครื่องประดับ เช่น นาฬิกาหรือแหวนเพื่อป้องกันการเกี่ยวถุงน่องขาด ในขณะที่ใส่และถอดถุงน่อง

จัดทำโดย

นางนัชชฎกร ปิ่นเกษร พยาบาล (ผู้ชำนาญการ)
นางรัตนา เพ็ชรเจริญสิน ผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง
หน่วยตรวจรักษาด้วยเครื่องมือพิเศษและติดตามผล สยามินทร์ชั้น 1
งานการพยาบาลผ่าตัด

ที่ปรึกษา

คณาจารย์จากสาขาศัลยศาสตร์หลอดเลือด
ภาควิชาศัลยศาสตร์

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
พิมพ์ครั้งที่ 1 จำนวน 500 ฉบับ พ.ศ. 2554
รหัสหน่วยงาน NS03210435863

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



คำแนะนำสำหรับผู้ป่วย ที่จำเป็นต้องใส่ถุงน่องทางการแพทย์



โครงการสอนสุขศึกษาในหอผู้ป่วย
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

SIPi NS1030158