

กระดูกหัก ไม่ใช่เรื่องเล็ก เสี่ยงพิการได้



ศูนย์ : ศูนย์กระดูกและข้อ

บทความโดยแพทย์ : นพ. นิธิวุฒิ ปิ่นสิริานนท์

อุบัติเหตุมักเกิดขึ้นแบบไม่คาดคิด เชื่อแน่ว่าไม่มีใครอยากให้เกิดขึ้น ทั้งกับตัวเองและคนที่รักอย่างแน่นอน โดยเฉพาะการกระดูกแตกอย่างรุนแรงจากอุบัติเหตุที่ส่งผลกระทบต่อกระดูก จนทำให้เกิดภาวะกระดูกหัก ถึงแม้ว่าจะไม่ร้ายแรงถึงชีวิต แต่การรักษาที่ไม่เหมาะสมอาจนำมาซึ่งความพิการถาวรได้

ภาวะกระดูกหัก

ภาวะที่กระดูกได้รับแรงกระแทกมากเกินไป ส่งผลให้กระดูกไม่สามารถรองรับน้ำหนักจากแรงดังกล่าวได้ และเกิดหัก กระดูกจัดเป็นเนื้อเยื่อเกี่ยวพันชนิดหนึ่ง ประกอบด้วยแคลเซียมและเซลล์กระดูก ตรงกลางเป็นไขกระดูก ซึ่งทำหน้าที่ผลิตเซลล์กระดูกแต่ละส่วนจะประกอบกันเป็นโครงสร้างกระดูกที่รองรับร่างกาย ช่วยในการเคลื่อนไหว และปกป้องอวัยวะภายในของ หากร่างกายได้รับแรงกระแทกอย่างรุนแรง จะส่งผลให้กระดูกแตกหรือหักได้

ชนิดและลักษณะของกระดูกหัก

กระดูกหักจะมีทั้งแบบชนิดไม่มีแผล คือผิวหนังไม่ได้รับบาดเจ็บ และกระดูกหักแบบที่แผลเปิด มีกระดูกที่หักออกมานอกผิวหนัง ซึ่งเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้สูง นอกจากนี้ ยังแบ่งออกเป็นตามลักษณะของกระดูกหักอีกหลายประเภท ดังนี้

- กระดูกยุบตัว (Compression Fracture) คือ กระดูกเกิดการยุบตัวเมื่อได้รับแรงกระแทกอย่างรุนแรง
- กระดูกหักเป็นเกลียว (Spiral Fracture) คือ กระดูกที่หักเป็นเกลียว ซึ่งเกิดจากกระดูกถูกบิด
- กระดูกเดาะ (Greenstick Fracture) คือ กระดูกบางส่วนหัก ส่วนกระดูกอีกด้านโก่ง มักเกิดขึ้นกับเด็ก
- กระดูกแตกย่อย (Comminuted Fracture) คือ กระดูกหักแตกออกเป็นชิ้นๆ
- กระดูกหักตามขวาง (Transverse Fracture) คือ กระดูกที่แตกออกตามแนวขวางซึ่งเป็นส่วนที่สันของกระดูก ไม่ได้เกิดรอยแตกไปตามแนวยาวของกระดูก
- กระดูกหักเฉียง (Oblique Fracture) คือ กระดูกที่เกิดการแตกเป็นแนวโค้งหรือลดหลั่นลงมา
- ปุ่มกระดูกแตก (Avulsion Fracture) คือ กระดูกที่หักจากแรงกระชาก มักพบที่หัวไหล่และหัวเข่า
- กระดูกหักยุบเข้าหากัน (Impacted Fracture) คือ กระดูกแตกทั้ง 2 ด้านจากแรงกด
- กระดูกหักล้า (Stress Fracture) คือ กระดูกที่ปริออกจากกัน ซึ่งเกิดจากการใช้งานซ้ำๆ พบมากในผู้ที่เล่นกีฬา
- กระดูกหักผ่านรอยโรค (Pathologic Fracture) คือ กระดูกหักที่เกิดขึ้นจากความผิดปกติของกระดูกหรือการป่วยเป็นโรคที่ทำให้มวลกระดูกเสื่อมลง

อาการกระดูกหัก

อาการกระดูกหักอาจแตกต่างกันไปตาม อายุและสุขภาพทั่วไปของผู้ป่วย ตลอดจนความรุนแรงของการบาดเจ็บ โดยทั่วไปปวดกระดูกหรือรอบๆ บริเวณที่ได้รับบาดเจ็บอย่างรุนแรง เมื่อขยับหรือเคลื่อนไหวอาการจะแย่ลง ไม่สามารถลงน้ำหนักบริเวณที่เกิดอาการบวมบริเวณกระดูกที่ได้รับบาดเจ็บ เกิดรอยช้ำและเลือดออกจากผิวหนัง สีผิวรอบๆ เปลี่ยน อาจจะทำให้กระดูกงูและเกิดเนื้องอก เมื่อมีแผลเปิดรวมด้วยอาจเห็นกระดูกทะลุออกมา

กระดูกหักส่วนไหนที่พบบ่อย

กระดูกหัก พบได้ในทุกเพศ ทุกวัย ตั้งแต่เด็กไปจนถึงผู้สูงอายุ โดยพบได้มากขึ้นในผู้สูงอายุ บริเวณกระดูกที่หักบ่อย ได้แก่ กระดูกข้อมือ กระดูกสะโพก กระดูกข้อมือ กระดูกข้อมือ กระดูกข้อมือ กระดูกข้อมือ เป็นต้น

- **กระดูกแขนหัก** มักเกิดจากการรับแรงกระแทกอย่างรุนแรงจนทำให้กระดูกแตกออกจากกัน ทำให้แขนไม่สามารถใช้มือในการปัด บวม หรือกระดูกบริเวณแขนผิดรูป ส่วนใหญ่เป็นผลมาจากการหกล้มในท่าที่แขนหรือศอกได้รับแรงกระแทก อุบัติเหตุทางรถยนต์หรือยานพาหนะอื่นๆ การเล่นกีฬาที่ส่งผลให้เกิดบาดเจ็บ
- **กระดูกขาหัก** อาจเป็นผลมาจากอุบัติเหตุการหกล้มทางรถยนต์ หรือจากการเล่นกีฬา และในผู้ที่ที่เป็นโรคกระดูกพรุนจะพบว่าการกระดูกขาหักได้ง่ายเมื่อได้รับการกระแทก
- **กระดูกสะโพกหัก** มักพบในผู้สูงอายุ ที่มีความเสื่อมของกระดูก หรือผู้ที่เป็นโรคกระดูกพรุน มีความเสี่ยงต่อภาวะแพ การเกิดลื่นล้มลื่นลุดต้นในหลอดเลือดดำในขาและปอด ซึ่งทำให้เสียชีวิตได้ในเวลารวดเร็ว การติดเชื้ทางเดินปัสสาว เป็นต้น

วินิจฉัยกระดูกหัก

โดยปกติแพทย์จะทำการตรวจร่างกาย โดยตรวจบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บและเอกซเรย์กระดูกผู้ป่วย แต่ในบางรายที่ไม่พบความผิดปกติหลังจากการเอกซเรย์ อาจจะต้องใส่เฝือกอ่อนตามกระดูกไว้นานประมาณ 10-14 วัน ค่อยกลับมาเอกซเรย์อีกครั้ง เพื่อตรวจดูว่ามีกระดูกหักหรือไม่ ซึ่งผู้ป่วยกระดูกหักจะพบรอยได้อย่างชัดเจน รวมทั้งจะมีการตรวจเพิ่มเติมอีกเพื่อดูว่า เนื้อเยื่อที่อยู่ล้อมรอบกระดูกนั้นเกิดความเสียหายหรือไม่ จากนั้นจะนำมาวิเคราะห์ เพื่อให้ตรงกับความต้องการและเหมาะสมกับผู้ป่วย

กระดูกหักรักษาได้

แนวทางการรักษากระดูกหักขึ้นอยู่กับความรุนแรงและชนิดของกระดูกหัก ตำแหน่งของกระดูกหัก อายุ และดุลพินิจของแพทย์ โดยการรักษาจะมี 2 แบบ ได้แก่

1. การรักษาแบบไม่ผ่าตัด
ใช้วิธีการเข้าเฝือกโดยจัดเรียงแนวกระดูกที่ได้รับบาดเจ็บให้กลับมาอยู่ในตำแหน่งปกติก่อนใส่เฝือกเพื่อพยุงกระดูกบ มักใช้กับกระดูกส่วนแขนหรือขาตอนล่าง
2. การรักษาแบบผ่าตัด จะทำก็ต่อเมื่อผู้ป่วยที่เกิดกระดูกหักร้ายแรง มีความเสียหายที่ผิวหนังอาจจะต้องทำศัลยกรรมเ การหักของกระดูกผ่านผิวหนังและเกิดการเคลื่อนของผิวหนัง กระดูกสะโพกหัก การหักของกระดูกแขน 2 ท่อน เป็นต้น ะหว่างเขารับการผ่าตัดแผล แพทย์อาจใส่หมุด แผ่นเหล็ก สกรู หรือการ เพื่อยึดกระดูกที่หักเข้าไว้ด้วยกัน เมื่อได้รับการจัดเรียงกระดูกแล้ว แพทย์จะให้ใส่เฝือก อุปกรณ์ตามกระดูก หรือใช้วิธีตรึงกระดูก เพื่อลดอาการปวดแ

กระดูกหักเป็นปัญหาสุขภาพที่ป้องกันได้ โดยเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงทำให้ประสพภาวะดังกล่าว ทั้งการระมัดระวังในการเล่น ควรคาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่ขับรถหรือโดยสารรถยนต์ สวมอุปกรณ์ที่ป้องกันการกระแทก รวมทั้งการเพิ่มความแข็งแรงและสมดุลให้มวลกระดูก โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ