

ข้อสะโพกหัก เสื่อม รักษาด้วยการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพก



ศูนย์ : ศูนย์กระดูกและข้อ
บทความโดยแพทย์ : นพ. นิธิวุฒิ ปิ่นสิริฉันท

ข้อสะโพก เป็นอวัยวะหนึ่งที่มีความสำคัญของร่างกาย ทำหน้าที่แบกรับน้ำหนักตัว เมื่อข้อสะโพกผ่านการใช้งานเป็นเวลานาน หรือเกิดความเปลี่ยนแปลงจากสาเหตุอื่นๆ มักทำให้เกิดการสึกหรอของผิวข้อ หรือเกิดจากการทรุดตัวของหัวกระดูกต้นขาตามมา เมื่อเกิดการกระแทก หกล้ม หรืออุบัติเหตุอย่างรุนแรงอาจทำให้เกิดข้อสะโพกหักได้

ข้อสะโพกมีลักษณะอย่างไร

ข้อสะโพกเป็นข้อต่อระหว่างกระดูกเชิงกราน และกระดูกต้นขา ทำหน้าที่งอเหยียดในเวลานั่ง เดิน ยืนหรือนอน และรับน้ำหนักในทุกอิริยาบถของร่างกาย มีลักษณะคล้ายลูกบอลซุกอยู่ในเบ้า ที่เรียกว่า หัวกระดูกสะโพก

จะมีลักษณะกลมมน เพื่อช่วยในการเคลื่อนไหว ส่วนหัวของกระดูกสะโพกจะต่อกับแกนกระดูกที่เรียกว่า คอกระดูก โดยบริเวณนี้จะมีกระดูกหนา เมื่ออายุมากขึ้นกระดูกบริเวณสะโพกจะบางลง โดยเฉพาะคอกระดูก จึงมักพบผู้สูงอายุกระดูกหักบริเวณนี้ได้บ่อยเมื่อล้ม ส่วนของเบาสะโพก จะมีเอ็นมายึดเกาะ เมื่อเกิดอุบัติเหตุที่รุนแรงทำให้เส้นเอ็นฉีกขาด อาจทำให้ข้อสะโพกหลุด หรือหักได้

ภาวะข้อสะโพกหัก

ภาวะข้อสะโพกหัก พบได้ในทุกกลุ่มอายุ แต่จะพบมากในผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้ที่มียโรคกระดูกพรุนที่ประสบอุบัติเหตุกระดูกแตกบริเวณกระดูกสะโพก มักมีสาเหตุจากการหกล้ม หลังหกล้มแล้วมีอาการปวดสะโพกอย่างมาก ไม่สามารถเคลื่อนไหว หรือยืน เดินได้

อาการ หกล้ม ข้อสะโพกหัก

- มีอาการเจ็บมากจนขยับไม่ไหว
- รู้สึกปวดขัดสะโพก ขยับตัวลำบาก
- ขยับ หรือ ลงน้ำหนักที่ขาไม่ได้
- มีอาการสะโพกขำ บวม
- สังเกตเห็นว่า ขาสั้นลงกว่าอีกข้าง

การผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพก

การผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพก จะเป็นการนำส่วนของข้อสะโพกเดิมที่เสื่อมสภาพ กระดูกตาย หรือแตกหักออก และทดแทนข้อใหม่ด้วยข้อสะโพกเทียม ซึ่งประโยชน์ของการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมนั้น ผู้ป่วยจะหายจากอาการเจ็บปวด มีข้อสะโพกที่มั่นคง เคลื่อนไหวได้ดี

สามารถใช้งานได้เหมือนหรือใกล้เคียงกับปกติ

อายุการใช้งานของข้อสะโพกเทียมอาจมีความทนทานต่อการใช้งานในผู้ป่วยแต่ละรายไม่เท่ากัน

ทั้งนี้มีปัจจัยหลายอย่างที่เป็สาเหตุ เช่น กิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้ป่วย น้ำหนักตัว

โดยทั่วไปข้อสะโพกเทียมมีอายุการใช้งานเฉลี่ยประมาณ 20 – 25 ปี

ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่ต้องรับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมจะมีภาวะกระดูกข้อสะโพกหัก

ข้อสะโพกเสื่อมในระยะท้าย หรือการที่หัวข้อสะโพกขาดเลือดมาเลี้ยง ทำให้เกิดความเจ็บปวด

และการเคลื่อนไหวของข้อสะโพกที่ผิดปกติ หรือไม่สามารถเดินได้เลย

รวมไปถึงข้อบ่งชี้ที่ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของโรค ความเจ็บปวด ความทุพพลภาพ และสุขภาพโดยทั่วไปของผู้ป่วย

ซึ่งแพทย์จะประเมินข้อบ่งชี้ของการผ่าตัดของผู้ป่วยและร่วมกันพิจารณาเป็นรายๆ ไป เช่น

ผู้ป่วยมีอาการเจ็บปวดข้อสะโพกมาก จนจำกัดกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การเดินหรือการงอสะโพก

มีอาการปวดตลอดเวลาในขณะที่พัก ทั้งกลางวันและกลางคืน เป็นต้น

ทั้งนี้ การผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมมีข้อห้ามในผู้ที่มีข้ออักเสบติดเชื้อ มีกล้ามเนื้อรอบข้อสะโพกอ่อนแรงมากและอาจทำให้ข้อสะโพกหลุดเคลื่อนได้ง่าย ผู้ที่มีโรคเลือดหรือหลอดเลือดที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนสูง ผู้ที่เกิดภาวะกระดูกพรุนบริเวณข้อสะโพก รวมทั้งผู้ที่มีน้ำหนักตัวมากๆ หรือภาวะอ้วน

หลังการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพก

หลังจากการผ่าตัด ห้ามนอนตะแคงตัวทับข้างที่ผ่าตัด หากจะนอนตะแคงต้องมีหมอนวางรองขาข้างที่ผ่าตัดไว้ทุกครั้ง เพื่อป้องกันข้อสะโพกหุบลง ห้ามทำท่าที่ข้อสะโพกเกิน 90 องศา เช่น ท่านั่งไขว่ห้าง การนั่งเก้าอี้เตี้ย การนั่งพับเพียบ การนั่งขัดสมาธิ การก้มตัวหยิบของด้านหน้า เป็นต้น ให้ใช้ไม้เท้าหรืออุปกรณ์ช่วยพยุงเดิน จนกว่าข้อสะโพกจะแข็งแรงพอและเคลื่อนไหวได้ดี หลีกเลี่ยงการวิ่ง หรือ กระโดด เพราะทำให้ข้อหลุดหลวม หรือแตกหักได้ ผู้ป่วยสามารถออกกำลังกายเบาๆ ได้หลังผ่าตัด 4-6 สัปดาห์ ทั้งนี้แพทย์ พยาบาล จะเป็นผู้ดูแลและให้คำแนะนำที่เหมาะสมเป็นการเฉพาะผู้ป่วยแต่ละท่าน

ภาวะข้อสะโพกหัก หากปล่อยทิ้งไว้อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาโดยเฉพาะผู้สูงอายุ เนื่องจากไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง ดังนั้นเมื่อเกิดข้อสะโพกหักหรือเสื่อม ถ้ายิ่งเข้ารับการรักษารวดเร็ว ผู้ป่วยก็จะสามารถกลับมาใช้งานได้เหมือนหรือใกล้เคียงกับปกติ ทำให้ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขขึ้น