



อาการปวดกล้ามเนื้อ หรือจากเส้นประสาท ชา อ่อนแรง เครื่อง PMS รักษาได้



ศูนย์ : ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู

บทความโดยแพทย์ : พญ. พรพรรณ พานเพียรศิลป์

หากใครมีอาการปวดเมื่อย จากกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น หรือเส้นประสาท ออฟฟิศซินโดรม รวมไปถึงอาการแขนขาอ่อนแรง ชา อาการบาดเจ็บจากกีฬา ฯลฯ อย่าท้อ เพราะอาการเหล่านี้สามารถรักษาได้ด้วยเครื่อง PMS (Peripheral Magnetic Stimulation) หรือเครื่องกระตุ้นระบบประสาทด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า ที่สามารถทำได้ง่าย ๆ โดยไม่ต้องถอดชุดออก สะดวกสบาย มีประสิทธิภาพสูง มีความปลอดภัย เห็นผลเร็ว

สารบัญ

- [เครื่อง PMS คืออะไร](#)

- [หลักการทํางานของ เครื่อง PMS](#)
- [กลุ่มอาการใดบ้างที่รักษาด้วยเครื่อง PMS](#)
- [เครื่อง PMS มีขั้นตอนการรักษายังไง](#)
- [รักษาด้วย เครื่อง PMS เห็นผลเร็วแค่ไหน](#)
- [ข้อดีของการรักษาด้วย เครื่อง PMS](#)
- [ใครบ้างไม่เหมาะกับการใช้เครื่อง PMS](#)
- [ปรึกษาแพทย์ออนไลน์ ไม่เสียค่าใช้จ่าย](#)

เครื่อง PMS คืออะไร

เครื่อง PMS (Peripheral Magnetic Stimulation) หรือ เครื่องกระตุ้นระบบประสาทด้วยการเหนี่ยวนำให้เกิดคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า คือ เครื่องมือกายภาพบำบัดที่ใช้รักษาอาการเจ็บปวดต่าง ๆ ที่กระตุ้นระบบประสาทโดยตรงด้วยการใช้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า ที่ส่งผ่านเสื้อผ้าลงไปจนถึงเนื้อเยื่อ กล้ามเนื้อ หรือกระดูกที่บาดเจ็บ ซึ่งลึกได้มากที่สุด 10 เซนติเมตร ด้วยความแรงคลื่นแม่เหล็กที่มีถึง 7 Tesla โดยไม่ทำให้เกิดอาการบาดเจ็บต่ออวัยวะโดยรอบ และยังทำให้รู้สึกผ่อนคลายในการรักษา ช่วยฟื้นฟูความบกพร่องในการทำงานของระบบประสาท ลดอาการปวดกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น หรือจากเส้นประสาทและยัง สามารถฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บจากเลนกีฬาก็ได้

[> กลับสารบัญ](#)

หลักการทํางานของ เครื่อง PMS

หลักการทํางานของเครื่อง PMS เมื่อมีอาการปวดเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็น การปวดจากกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น หรือจากเส้นประสาท เครื่องจะส่งคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าไปกระตุ้นไปที่เส้นประสาท เพื่อส่งสัญญาณให้เกิดกระแสประสาทย้อนกลับไปยังสมอง หรือส่วนปลายประสาท ส่งผลให้มีการปรับสมดุลการทำงานเส้นประสาทขึ้นใหม่

[> กลับสารบัญ](#)

กลุ่มอาการใดบ้างที่รักษาด้วยเครื่อง PMS

1. กลุ่มอาการปวดต่าง ๆ ทั้งเฉียบพลันและเรื้อรัง และกลุ่มออฟฟิศซินโดรม (ปวดคอ บ่า ไหล่ หลัง) เช่น

- อาการเคล็ดขัดยอก การบาดเจ็บหรือการปวดเรื้อรังจากกล้ามเนื้อ เอ็น ฟังผืด
2. กลุ่มอาการปวดจากการบาดเจ็บจากเส้นประสาทโดยตรง เช่น อาการปวดบริเวณคอ บ่า ข้อศอก แขน มือ เอว หลัง สะโพก ขา เข่า หรือข้อเท้า หมอนรองกระดูกหลังแตกเคลื่อนทับเส้นประสาท กล้ามเนื้อที่อักเสบทับเส้นประสาท อุบัติเหตุต่าง ๆ ที่มีการกระแทกโดยตรงต่อตัวเส้นประสาท
 3. กลุ่มอาการชา หรือ กลุ่มที่มีอาการชาจากปลายประสาทหรือการกดทับเส้นประสาท เช่น กลุ่มปลายประสาทอักเสบ อาการชานิ้วมือ ซามือ ชานิ้วเท้า ขาเท้า
 4. กลุ่มอาการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ที่มีตอกกล้ามเนื้อ เอ็น และกระดูก อาการเคล็ดขัดยอกต่าง ๆ ที่นักกีฬาได้รับบาดเจ็บจากการฝึกซ้อม หรือระหว่างแข่งขัน
 5. กลุ่มโรคกระดูกสันหลัง หมอนรองกระดูกกดทับเส้นประสาท การเสื่อมของกระดูกสันหลัง และหมอนรองกระดูก ที่มีผลต่อเส้นประสาทจากไขสันหลังหรือการบาดเจ็บที่ไขสันหลัง
 6. กลุ่มอาการอ่อนแรงของกล้ามเนื้อหรืออาการเกร็งตัวกล้ามเนื้อที่มากผิดปกติ เกร็งจากโรคหลอดเลือดสมอง (Stroke) ภาวะอัมพฤกษ์ อัมพาต
 7. ช่วยเสริมความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้อ ช่วยกระตุ้นให้เลือดมาเลี้ยงบริเวณที่มีอาการปวดเกร็งของกล้ามเนื้อ และเพิ่มการทำงานของกล้ามเนื้อ

[> กลับสารบัญ](#)

เครื่อง PMS มีขั้นตอนการรักษาอย่างไร

การรักษาด้วยเครื่อง PMS จะแตกต่างกันตามบริเวณที่มีอาการปวด โดยขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแพทย์ตามความเหมาะสมของแต่ละบุคคล เช่น กรณีรักษากลุ่มอาการปวดออฟฟิศซินโดรม จะใช้เครื่อง PMS เพียงสั้นๆ ไม่เกิน 10-20 นาที ผู้ป่วยนั่งหรือนอน นักกายภาพจะใช้ส่วนหัวคอยล์ของเครื่องทาบบนกล้ามเนื้อส่วนที่ต้องการรักษา แล้วค่อยๆ เลื่อนไปมา โดยผู้ป่วยจะรู้สึกเพียงกล้ามเนื้อกระตุกๆ และเมื่อเจอบริเวณหรือจุดที่มีปัญหา รู้สึกถึงอาการปวดเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

[> กลับสารบัญ](#)

รักษาด้วย เครื่อง PMS เห็นผลเร็วแค่ไหน

ในการรักษาด้วย เครื่อง PMS จะเห็นผลทันที แต่อาจจะมีอาการบางส่วนที่ต้องรักษาต่อเนื่อง โดยระยะเวลาในการรักษานั้นจะขึ้นอยู่กับอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้น เช่น กรณีกลุ่มอาการออฟฟิศซินโดรมและอาการปวดต่างๆ แนะนำรักษาต่อเนื่องสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง โดยระยะเวลาจะขึ้นกับโรคที่เป็น ถ้าเป็นโรคในระยะเฉียบพลัน จะใช้เวลารักษาประมาณ 2-4 สัปดาห์ แต่ถ้าเป็นอาการปวด หรือโรคเรื้อรัง ก็ต้องใช้นานมากขึ้น ในกลุ่ม อัมพฤกษ์ อัมพาต กล้ามเนื้ออ่อนแรง ใช้ระยะเวลาทำ 3-5 ครั้งต่อสัปดาห์ จะเห็นผลลัพธ์ที่ดีขึ้นในระยะเวลาประมาณ 2-3 อาทิตย์ เป็นต้น

[> กลับสารบัญ](#)

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

ข้อดีของการรักษาด้วย เครื่อง PMS

- ไม่ต้องถอดชุดออก สะดวกสบาย
- ความรู้สึกขณะทำ สบายตัวกว่า ด้วยกำลัง 7 Tesla
- ปลอดภัย ไม่พุพอง ไม่เกิดความร้อนที่ผิวหนัง
- ลดโอกาสการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการกระตุ้นไฟฟ้าผิวหนัง

[> กลับสารบัญ](#)

ใครบ้างไม่เหมาะกับการใช้เครื่อง PMS

- ผู้ป่วยโรคหัวใจ หรือผู้ที่ใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจ
- ผู้ป่วยมะเร็ง
- ผู้ที่มีประจำเดือน
- สตรีตั้งครรภ์
- ผู้ที่มีไข้ ผู้ที่มีกระดูกหักบริเวณที่ทำ
- ผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม
- ผู้ป่วยโรคลิ้นเลือดอุดตัน
- เด็กที่กระดูกยังเติบโตไม่เต็มที่ (บริเวณข้อต่อต่างๆ)
- ผู้ป่วยที่ผ่าตัดใส่เหล็กในร่างกาย

[> กลับสารบัญ](#)

เครื่อง PMS

ถือเป็นทางออกที่ตอบใจหทัยและมีประสิทธิภาพในการรักษาผู้ป่วยในกลุ่มโรคระบบประสาท กลุ่มนักกีฬา นักออกกำลังกาย และกลุ่มผู้ที่มีอาการ ปวด ชา อ่อนแรง ได้เป็นอย่างดี ที่จะทำให้อาการดีขึ้น กลับไปใช้ชีวิตประจำได้ดีเหมือนเดิม

หากสนใจสามารถปรึกษาสอบถามแพทย์ออนไลน์ได้เลย

พญ.พรพรรณ พานเพียรศิลป์

เวชศาสตร์ฟื้นฟู
ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย
