

การจัดการความเจ็บปวด บรรเทาความปวดทันทีหลังผ่าตัด



ศูนย์ : ศูนย์วิสัญญี

บทความโดยแพทย์ : ผศ.นพ. ชรินทร์ โพธิ์พิจิตร

การจัดการความเจ็บปวด (Pain Management) อย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ ช่วยลดภาวะเครียดของร่างกายและจิตใจ เป็นการป้องกันและลดผลเสียที่นำไปสู่ปัญหาสุขภาพระยะยาว อาจกลายเป็นความปวดเรื้อรังและบั่นทอนคุณภาพชีวิต และอาจรวมถึงผลกระทบด้านการงานของผู้ป่วยส่งผลให้ออกจากงานก่อนเวลาอันควร การจัดการความเจ็บปวดที่เหมาะสมด้วยยาระงับปวดเป็นสิ่งสำคัญในขั้นตอนการผ่าตัดรักษา และในช่วงหลังการผ่าตัดรักษาเพื่อให้ผู้ป่วยมีความสุขสบาย ลดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ และลดระยะเวลาที่ต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล

ความปวด คืออะไร

ความปวด (Pain) คือ ประสบการณ์เฉพาะบุคคลที่ทำให้เกิดความทุกข์ทรมาน เกิดร่วมกับการบาดเจ็บ โดยมีองค์ประกอบด้านความรู้สึก อารมณ์และสังคม โดยความปวดแบ่งออกเป็น 2 แบบ ได้แก่

- **ความปวดเฉียบพลัน (Acute pain)** เป็นความปวดที่เพิ่งเกิดขึ้น มีระยะเวลาของความปวดที่จำกัด เป็นความปวดที่มีสาเหตุ เมื่อพยาธิสภาพหายไป อาการปวดก็หายไปด้วย ตัวอย่างเช่น ความปวดแผลหลังผ่าตัด หรือหลังอุบัติเหตุ
- **ความปวดเรื้อรัง (Chronic pain)** เป็นความปวดที่ยาวนานกว่าระยะเวลาการสมานของเนื้อเยื่อที่ได้รับบาดเจ็บ บ่อยครั้งไม่สามารถบ่งชี้ถึงสาเหตุของความปวด มักมีอาการปวดอยู่นานเกินกว่า 3 เดือน

ลักษณะของความปวดหลังผ่าตัด

ลักษณะของความปวดหลังผ่าตัดจะเกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาไม่นาน ซึ่งจะเป็นความปวดเฉียบพลัน โดยในช่วงหลังการผ่าตัดวันที่ 1-3 ท่านอาจมีความรู้สึกปวดค่อนข้างมาก ซึ่งลักษณะความปวดอาจเป็นความรู้สึกไม่สบาย ปวดตึงๆ เจ็บจี๊ดๆ ปวดตื้อๆ แน่นๆ หรือปวดเมื่อย ปกติความปวดจะค่อยลดลงหลังการผ่าตัดวันที่ 3 โดยค่อยๆ ลดลงเรื่อยๆ ตามระยะเวลา ซึ่งส่วนใหญ่ความปวดจะลดลงอย่างมากประมาณช่วงหลังผ่าตัดได้ 1-2 สัปดาห์ และความปวดจะหมดไปภายใน 1-2 เดือนหลังการผ่าตัด

แนวทางการจัดการความเจ็บปวด Pain Management

การจัดการความเจ็บปวดที่เหมาะสมด้วยยาบรรเทาปวดเป็นสิ่งสำคัญในขั้นตอนการผ่าตัดรักษา และในช่วงหลังการผ่าตัดรักษา เพื่อให้สามารถจัดการกับอาการปวดได้อย่างมีประสิทธิภาพ แนวทางการจัดการความเจ็บปวด (Pain Management) หลากหลายรูปแบบจึงได้มามีบทบาทสำคัญมาก

โดยวิธีการบรรเทาปวดและการใช้ยาแก้ปวดที่เหมาะสม ขึ้นอยู่กับลักษณะอาการป่วยหรือแผนการผ่าตัดที่วางไว้ รวมถึงสภาวะและความต้องการของคนไข้ ซึ่งการผ่าตัดแต่ละชนิดก่อให้เกิดความปวดหลังผ่าตัดได้ไม่เท่ากัน โดยแผนบรรเทาปวดหลังผ่าตัด จะขึ้นกับชนิดของการผ่าตัด ไม่ว่าจะเป็นการผ่าตัดเล็ก กลาง หรือใหญ่ บริเวณที่ได้รับการผ่าตัด และความสอดคล้องกับเทคนิคบรรเทาความรู้สึกที่ได้รับ อาทิ ยาชาเฉพาะที่ หรือยาบรรเทาความรู้สึก ดังนั้น การวางแผนป้องกันและควบคุมความปวด ตั้งแต่ก่อน ระหว่าง และหลังผ่าตัด จะช่วยให้การบรรเทาปวดมีประสิทธิภาพมากขึ้น

วิธีการจัดการความเจ็บปวด Pain Management

วิธีการจัดการความเจ็บปวดโดยใช้ยา ส่วนใหญ่มักใช้วิธีบรรเทาปวดโดย การฉีดยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDS) หรือ การฉีดยาในกลุ่มโอปิออยด์ (opioid) เข้าทางหลอดเลือดดำ

แต่ยังมีผู้ป่วยบางรายมีข้อจำกัดในการใช้ยาแก้ปวดกลุ่ม NSAIDS เช่น มีการแพ้ยาหรือมีโรคกระเพาะ ฯลฯ การระงับปวดด้วยการฉีดยาในกลุ่มโอปิออยด์ (Opioid) เพียงอย่างเดียว ก็อาจไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยหายปวดหรือลดอาการปวดได้ดีเท่าที่ควร อีกทั้งยังมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการใช้ยาได้ เช่น มีความรู้สึกตัวลดลง เกิดกดการหายใจ มีอาการคันตามผิวหนัง ของผูก เป็นต้น

ดังนั้น การฉีดยาชาบริเวณรอบเส้นประสาทส่วนปลาย (Peripheral Nerve Block) จึงได้มีบทบาทสำคัญในการช่วยระงับปวดหลังผ่าตัด ซึ่งเป็นวิธีระงับปวดที่มีประสิทธิภาพสูง และปลอดภัย โดยเป็นการใช้เข็มหรือใส่สายคาเพื่อใหยาชาที่บริเวณเส้นประสาทส่วนปลาย เพื่อให้ยาชาออกฤทธิ์ยับยั้งการนำสัญญาณประสาทไม่ให้เข้าไปในไขสันหลัง จะทำภายใต้การใช้อุปกรณ์คลื่นเสียงความถี่สูง (ultrasound) ซึ่งแพทย์จะทำการตรวจสอบตำแหน่งเส้นประสาทก่อนจะให้ยา จึงทำให้ผู้ป่วยได้รับการระงับปวดหลังผ่าตัดที่มีประสิทธิภาพ และมีความปลอดภัยสูง ซึ่งสามารถใช้ได้กับผู้ป่วยทุกเพศ ทุกวัยที่ได้รับการผ่าตัด เช่น การผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม การผ่าตัดไหล่ การผ่าตัดกระดูกซี่โครงหัก เป็นต้น

นอกจากการจัดการความปวดโดยใช้ยาแล้ว ยังมีวิธีการบรรเทาความปวดโดยไม่ใช้ยา ที่เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละโรคและแต่ละราย และระดับของความเจ็บปวด เช่น ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดด้วยความเย็นบรรเทาปวด การจัดทำหรือยกแขน ขาข้างที่ปวดสูง เพื่อลดอาการปวด บวม การนวดคลึงเบาๆ บริเวณที่ไม่มีแผลหรือสายน้ำเกลือ การเปลี่ยนท่าที่ถูกต้อง เช่น ใช้วิธีการตะแคงตัว ในการเปลี่ยนท่าจากนอนเป็นนั่ง หรือจากนั่งเป็นนอนจะช่วยลดการเกร็งกล้ามเนื้อและการดึงของแผลผ่าตัดจากการเปลี่ยนท่านั่งหรือนอนได้ เป็นต้น

ทั้งนี้ การจัดการความเจ็บปวด Pain Management ที่มีประสิทธิภาพจะช่วยป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่างๆ รวมทั้งช่วยให้ผู้ป่วยฟื้นตัวหายเร็วขึ้นได้

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย

