



ผ้าัดดมอรกรกระดูกคตบส่นประสทพ่นกล่ง (ACDF)

ศูนย์ : ศูนย์กระดูกสันหลัง

บทความโดยแพทย์ : นพ. บดินทร์ วัฒนวิญกุล

อาการปวดคอ เป็นอาการที่พบได้บ่อยและสร้างปัญหาให้แก่คนส่วนใหญ่ ซึ่งเกิดจากหลากหลายสาเหตุ แต่ส่วนใหญ่มักเกิดจากการมีภาวะกระดูกคอเสื่อม หากมีอาการปวดร้าวลงบริเวณไหล่หรือแขน หรือมีอาการอ่อนแรงและชาวมดวยมักเกิดจากหมอนรองกระดูกเสื่อม เช่น การทำกายภาพบำบัด ควบคู่กับการรับประทานยาแล้วไม่ได้ผล การผ่าตัดคือการกดทับเส้นประสาทโดยการเชื่อมขอรกระดูกสันหลังส่วนคอจากทางด้านหน้า (ACDF) อาจเป็นตัวเลือกที่เพื่อบรรเทาอาการปวดและผู้ป่วยสามารถกลับไปทำกิจวัตรต่างๆ ได้ตามปกติโดยเร็ว

หมอนรองกระดูกคตบส่นประสท เป็นอย่งไร

ลักษณะของ คอ ประกอบไปด้วยกระดูกสันหลังส่วนต้นคอมีจำนวน 7 ชิ้นเรียงต่อกัน ระหว่างแต่ละชิ้นจะมีหมอนรองกระดูก โดยทำหน้าที่ห่อหุ้มโพรงประสาท ซึ่งมีไขสันหลังและเส้นประสาทอยู่ภายใน นอกจากนี้ยังมีกล้ามเนื้อที่อยู่บริเวณรอบๆ กระดูกคอสามารถขยับเคลื่อนไหวได้โดยมีข้อต่อเชื่อมระหว่างกัน โดยสามารถเคลื่อนไหวในการก้ม เงย หมุนหันศีรษะได้ และเมื่อไหร่ก็ตามที่กระดูกคอหมอนรองกระดูกต้นคอมีการเสื่อมสภาพ จะทำให้มีการปลิ้นของหมอนรองกระดูกออกมามากด และปวดร้าวลงมที่มือ หรือปวดบ่า ปวดไหล่ และปวดร้าวลงมที่แขน

สเหตุหมอนรองกระดูกคตบส่นประสท

ปัจจุบันพบผู้ป่วยที่มีปัญหาหมอนรองกระดูกคตบส่นประสท ในผู้ที่มีอายุน้อยมากขึ้นเรื่อยๆ คาดว่าอาจมีสาเหตุจากการ โดยเฉพาะวัยทำงานมีการนั่งโต๊ะทำงานหน้าจคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานๆ รวมทั้งการใช้งานคอหนักๆ โดยการก้มเงยสูดๆ หรือการก้มเล่นโทรศัพท์มือถือ หรือก้มอ่านหนังสือเป็นระยะเวลานาน เหล่านี้ส่งผลให้หมอนรองกระดูกคตบส่นประสทมีการเสื่อมในที่นี้จะไม่ทำให้เกิดอาการในทันที แต่จะสะสมเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ หากยังทำกิจกรรมในลักษณะเดิมต่อเนื่องนานๆ ก็จะมีอาการเสื่อมของกระดูกคอให้มากขึ้น จนวันหนึ่งหมอนรองกระดูกอาจจะฉีกขาดและปลิ้นออกมามากดทับเส้นประสาท ซึ่งบางรายมีอาการรุนแรงถึงขั้นปวดมากจนขยับคอไม่ได้

อาการเตือนหมอนรองกระดูกคตบส่นประสท

นอกจากอาการปวดคออย่างรุนแรงแล้ว การกดทับเส้นประสาทก็จะทำให้เกิดอาการปวดอย่างรุนแรงลงมาตามแขนหรือนิ้ว หรือปล่อยทิ้งไว้นานก็จะทำให้เกิดอาการชาและอ่อนแรงของแขนในที่สุด หากมีอาการเหล่านี้ ควรมาปรึกษาแพทย์เฉพาะทาง

- ปวดคอ และจะยิ่งปวดมากขึ้นเมื่อเคลื่อนไหว
- มีอาการคอเกร็ง ขยับและเคลื่อนไหวลำบาก
- ปวดคอราวลงแขน
- แขนอ่อนแรง และมีอาการชาร่วมด้วย

การผ่าตัดรักษามอนรองกระดูกคอทับเส้นประสาท

ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมอนรองกระดูกคอทับเส้นประสาท หากไม่ประสบความสำเร็จจากการรักษาแบบไม่ผ่าตัด และการทำกายภาพ เป็นเวลามากกว่า 6-8 สัปดาห์ หรือเริ่มมีอาการของกล้ามเนื้อแขนหรือมือที่อ่อนแรง อาการเหล่านี้บ่งชี้ ถือเป็นสัญญาณอันตรายที่ต้องรีบรับการรักษาดวยการผ่าตัด โดยเขารับการทำ MRI เพื่อตรวจวินิจฉัย และทำการผ่าตัดเพื่อ

ปัจจุบัน การผ่าตัดคลายการกดทับเส้นประสาทโดยการเชื่อมข้อกระดูกสันหลังส่วนคอจากทางด้านหน้า (Anterior Cervical Discectomy and Fusion; ACDF) เป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพ ที่ช่วยให้ผู้ป่วยไม่ต้องทนกับอาการปวดคออีกต่อไป

การผ่าตัดเชื่อมข้อกระดูกต้นคอจากทางด้านหน้า

การผ่าตัดเชื่อมข้อกระดูกต้นคอจากทางด้านหน้า (Anterior Cervical Discectomy And Fusion; ACDF) เป็นการผ่าตัดเพื่อคลายการกดทับของเส้นประสาทและไขสันหลังโดยการเชื่อมข้อกระดูกสันหลังส่วนคอเข้าหากัน ใต้เทคนิคนี้ ผ่านทางกล้องจุลทรรศน์กำลังขยายสูง ที่เรียกว่า Microscope โดยแผลผ่าตัดจะอยู่ที่คอด้านหน้ามีลักษณะของแผลเป็นเส้น ซึ่งศัลยแพทย์จะทำการผ่าตัดผ่านช่องว่างของกล้ามเนื้อโดยไม่จำเป็นต้องตัดกล้ามเนื้อออกเลย จากนั้นจะทำการคลายการ แล้วจึงใส่อุปกรณ์สำหรับเชื่อมกระดูกเข้าไป โดยอาจเป็นกระดูกเทียม หรือเป็นชิ้นส่วนกระดูกของผู้ป่วยเองก็ได้ ในผู้ป่วยบางรายอาจทำการยึดกระดูกเทียมด้วยสกรูเพื่อเสริมความแข็งแรงอีกด้วย

ข้อดีในการผ่าตัดเชื่อมข้อกระดูกต้นคอจากทางด้านหน้า

เป็นการผ่าตัดที่มีความเจ็บปวดจากการผ่าตัดน้อยมาก เนื่องจากไม่มีการตัดกล้ามเนื้อออกเลย ช่วยลดภาวะแทรกซ้อนระยะหลัง ลดภาระค่าใช้จ่ายในการพักฟื้น สามารถกลับไปเคลื่อนไหวใช้ชีวิตได้ตามปกติไวขึ้น เป็นการผ่าตัดมาตรฐานที่ให้ผลสำเร็จสูง

ดูแลสุขภาพกระดูกสันหลังส่วนคอ

ปัญหาหมอนรองกระดูกคอทับเส้นประสาท ส่วนใหญ่มาจากพฤติกรรมและการใช้งาน หากหากปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทำท่า

ในชีวิตประจำวันก็จะช่วยลดความเสี่ยงหมอนรองกระดูกคอทับเส้นประสาท หรือ ชะลอการเสื่อมตัวของกระดูกคอหรือไม่?

1. หลีกเลี่ยงการบิดหมุนคอ หรือ สะบัดคอบ่อยๆ
2. หลีกเลี่ยงอิริยาบถที่ต้องก้ม-เงยศีรษะบ่อยๆ
3. ปรับเปลี่ยนอิริยาบถบ่อยๆ เมื่อต้องนั่งทำงานหน้าคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน
4. ไม่ควรนอนหมอนสูงเกินไป หรือ เล็กหนุนหมอนสูงๆ เพื่อให้คอทำงานหนักน้อยลง
5. บริหารกล้ามเนื้อคอให้แข็งแรงสม่ำเสมอ

โรคหมอนรองกระดูกคอทับเส้นประสาท แม้ในตอนต้นจะมีความเจ็บปวดรุนแรง และผู้ป่วยส่วนมากมักจะบอกว่าแค่อาการเจ็บรุนแรงนี้มักจะหายไปได้เองหากได้รับการรักษาที่เหมาะสม ควรหมั่นสังเกตอาการผิดปกติ และหากมีอาการควรเข้ารับการรักษาตรวจร่างกายจากแพทย์เฉพาะทางด้านกระดูกสันหลังเพื่อหาสาเหตุที่แท้จริง เพื่อให้เราปลอดภัยจากโรคหมอนรองกระดูกคอทับเส้นประสาท



.

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย