



โรงพยาบาลลานนา
Lanna Hospital

เรื่องควรรู้...

การเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

ศูนย์โรคข้อเข่า
โรงพยาบาลลานนา



ติดต่อสอบถาม

โทรศัพท์ : 053-999-777

www.lanna-hospital.com



โรคข้อเข่าเสื่อม ... อาจฟังดูไม่ร้ายแรงถึงชีวิต แต่หากใครได้ป่วยเป็นโรคนี้น่าจะมีผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างแน่นอน โดยทั่วไปโรคนี้นี้มักเกิดในกลุ่มของผู้สูงอายุ ที่มีความเสื่อมสภาพตามอายุที่มากขึ้น แต่ในปัจจุบันโรคนี้นี้พบได้บ่อยขึ้นไม่ว่าจะมาจากสาเหตุของการเล่นกีฬา อุบัติเหตุ หรือโรคต่างๆ ก็พบผู้ป่วยมากขึ้น ซึ่งแนวทางการรักษา ก็เริ่มจากการให้ยา ฉีดยา กายภาพบำบัด และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หากใช้วิธีเหล่านี้ไม่ได้ผล ทางออกสุดท้ายคือการ **ผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม** ที่จะทำให้ผู้ป่วยสามารถกลับมาใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้อีกครั้ง



การเปลี่ยนข้อเข่าเทียม มีวิธีการอย่างไรบ้าง

เมื่อแพทย์มีความเห็นว่าผู้ป่วยสามารถทำการรักษาด้วยการเปลี่ยนข้อเข่าเทียมได้ ก็จะเริ่มจากการตรวจร่างกายของผู้ป่วยทั้งเรื่องของหัวใจ ปอด ความดันโลหิต เบาหวาน และค่าไตว่าปกติดีหรือไม่ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนการผ่าตัด หากยังมีปัญหา ก็จะต้องรักษาให้เป็นปกติก่อน จากนั้นก็จะเอกซเรย์ตรวจดูหัวเข่าที่มีปัญหา เพื่อวินิจฉัยประเมินอาการ และวางแผนการรักษา ให้มีความเหมาะสมในผู้ป่วยแต่ละราย เมื่อคนไข้พร้อม ข้อเข่าเทียมพร้อม ก็จะเริ่มการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าของผู้ป่วย โดยวิสัญญีแพทย์จะให้ยาสลบแก่ผู้ป่วย เพื่อไม่ให้ความเจ็บปวดขณะผ่าตัด ซึ่งแพทย์จะผ่าเปิดหัวเข่า และตัดเอาส่วนกระดูกที่เสียออกไป แล้วจึงใส่ข้อเข่าเทียมที่ได้ทำไว้ให้ผู้ป่วย โดยข้อเข่าเทียมนี้ผลิตจากวัสดุทางการแพทย์ที่มีความทนทาน และไม่มีปฏิกิริยาต่อเนื้อเยื่อร่างกาย และแพทย์จะจัดเรียงแนวของข้อเข่าเทียมให้ใกล้เคียงธรรมชาติที่สุด เมื่อแพทย์ตรวจเช็คความเรียบร้อยการเคลื่อนไหวของข้อเข่าดีแล้ว จึงจะเย็บปิดแผล

หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมแล้ว ทำอย่างไรต่อไป

เมื่อผู้ป่วยฟื้นตัวจากการผ่าตัดแล้ว ก็จะมีนักกายภาพบำบัดมาดูแลและฝึกปฏิบัติให้ผู้ป่วยลุกขึ้นยืนให้ได้ภายใน 24 ชั่วโมง จากนั้นผู้ป่วยจะต้องฝึกเดินให้ได้อย่างน้อย 3-4 ก้าว โดยอาจใช้เครื่องพยุงตัว ในการช่วยเดิน ซึ่งเป็นการฝึกให้ร่างกายคุ้นชินกับข้อเข่าเทียมที่เพิ่งเปลี่ยนใหม่ เมื่อแพทย์ประเมินเห็นว่าผู้ป่วยฟื้นตัวดี และสามารถช่วยเหลือตัวเองได้บ้างแล้ว ก็อาจจะอนุญาตให้กลับบ้านภายใน 5 วันหลังจากการผ่าตัด ซึ่งเมื่อคนไข้กลับบ้านแล้ว ก็จำเป็นต้องออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง โดยจะมีนักกายภาพบำบัด เป็นผู้ให้คำแนะนำวิธีการออกกำลังกายที่บ้านให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละรายไป

ส่องดูคลิป **VDO**

ท่าบริหาร... **ป้องกัน**

เข่าเสื่อม!

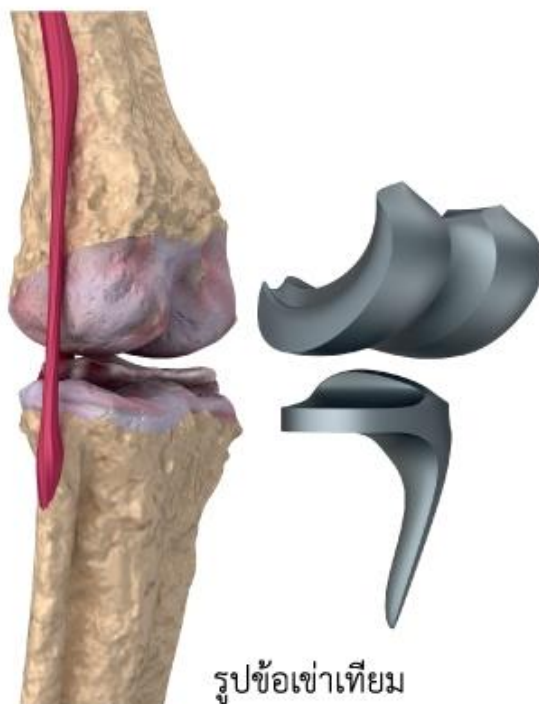


คลังเปลี่ยนข้อเข่าเทียม จะหายดีอีกเมื่อไหร่

โดยทั่วไปแล้ว ข้อเข่าเทียมที่เปลี่ยน จะเข้าสู่ภาวะปกติประมาณ 6 เดือนหลังผ่าตัด ซึ่งจะแข็งแรงเสมือนเป็นข้อเข่าของผู้ป่วยเอง จะสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้เป็นปกติ เช่นการนั่ง การเดิน การขึ้นลงบันได รวมทั้งการออกกำลังกายบางอย่าง เช่น เดินเร็ว ปั่นจักรยาน ตีกอล์ฟ ว่ายน้ำได้ปกติ แต่อย่างไรก็ตาม ก็ควรหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายที่หนักๆ เช่น วิ่งเร็ว การกระโดดอย่างต่อเนื่อง เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้

คำแนะนำหลังการเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

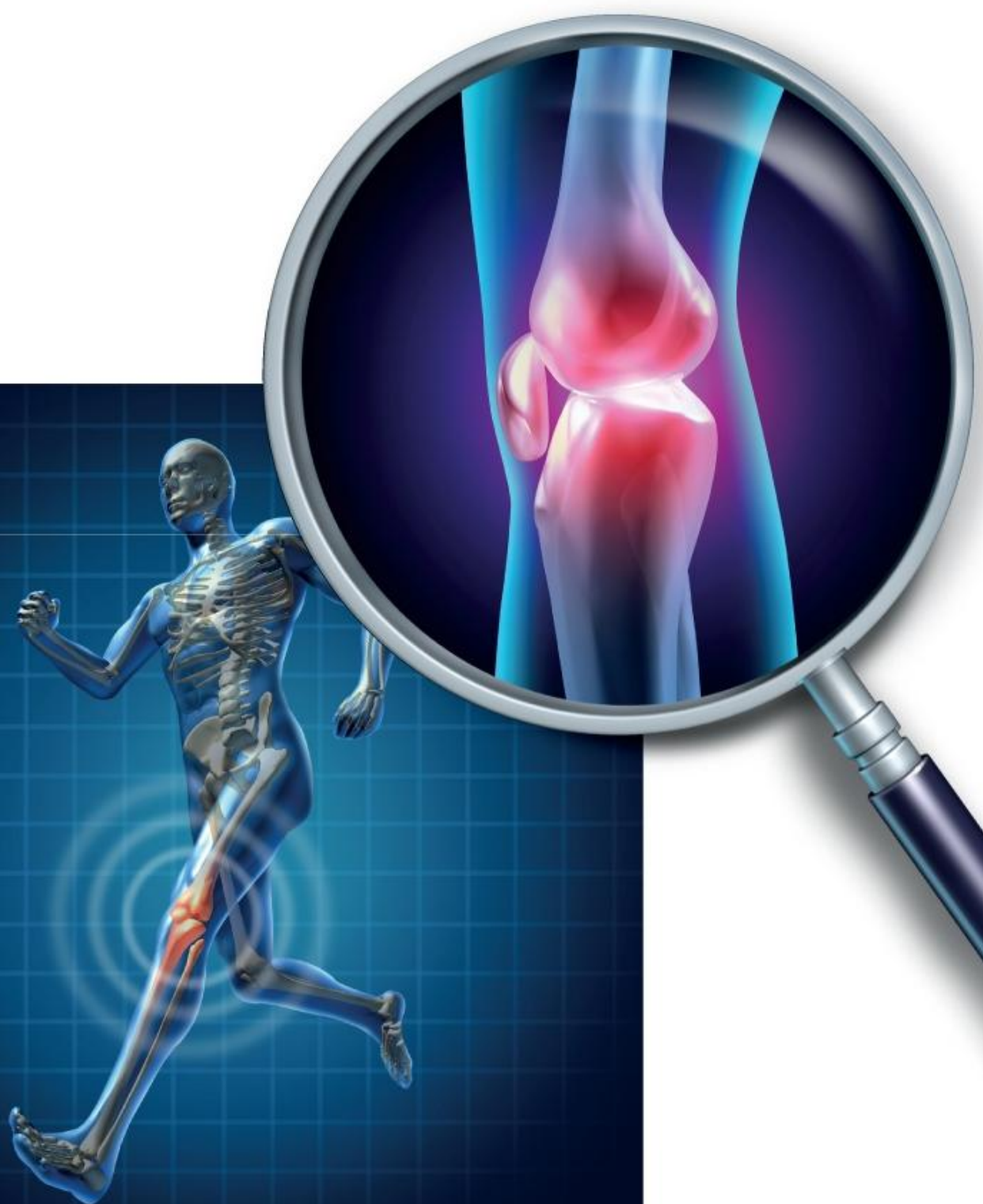
จะแนะนำถึงการเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ห้ามนั่งคุกเข่า นั่งยองๆ การเล่นกีฬาควรเลือกชนิดที่เบาลงอย่างว่ายน้ำ เดินเร็ว ขี่จักรยาน ปรับการใช้ชีวิตประจำวัน อย่างอ่อนโยน หมั่นบริหารกล้ามเนื้อหน้าขา เวลานั่งทำงานนานๆ แล้วรู้สึกเมื่อย ควรพักเข่าด้วยการเหยียดขาตรงในท่านั่งแล้วนับ 1-10 เพื่อให้กล้ามเนื้อหน้าขาแข็งแรงขึ้น เข่าก็จะมั่นคงขึ้น พอมั่นคงก็จะเจ็บน้อยลง ควบคุมน้ำหนัก สำหรับผู้สูงอายุให้พยายามขึ้นลงบันไดเท่าที่จำเป็นเท่านั้น



รูปข้อเข่าเทียม

การเปลี่ยนข้อเข่าเทียมนั้น จะต้องได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์
อย่างละเอียดว่าใช้การรักษาแบบอื่นแล้วไม่ได้ผล แพทย์จึงจะใช้ทางเลือกการผ่าตัด
เปลี่ยนข้อเข่าเทียม

ศูนย์โรคปวดเข่า โรงพยาบาลลานนา ได้นำเทคโนโลยี
การเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่ก้าวหน้ามาใช้ ทำให้ผู้ป่วยเจ็บตัวน้อยลง และสามารถ
กลับไปใช้ชีวิตประจำวันได้ในเวลาเพียงไม่นาน



www.lanna-hospital.com

LANNA HOSPITAL

E-mail : lanna@lanna-hospital.com

Facebook : www.facebook.com/lannahospital

ศูนย์โรคปอดเข้า โรงพยาบาลลานนา



โรงพยาบาลลานนา
Lanna Hospital

1 ถนนสุขเกษม แขวงนครพิงค์
ตำบลป่าตัน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

โทรศัพท์ : 053-999-777

โทรสาร : 053-999-798



facebook



LINE@