



คุณนิรันดร์ หลานคำ ปัจจุบันเป็นนักการเมืองท้องถิ่น ในจังหวัดเชียงใหม่ อายุ 41 ปี ได้ป่วยเป็นโรคปวดหลัง และเข้ารับการรักษาที่ ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา ได้เปิดเผยถึงสาเหตุของอาการปวดหลังที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อเป็นอุทาหรณ์สอนใจให้กับคนที่ไม่ระมัดระวังในการดำเนินชีวิตประจำวัน ก็อาจจะต้องเผชิญกับโรคปวดหลังได้ในเร็ววัน

ขอขอบคุณ : คุณนิรันดร์ หลานคำ

“ปวดหลังกำเริบ ... ใช้ชีวิตไม่ระวัง

ฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง

หยุดความทรมานได้ทันใจ” EDSI (Epidural Steroid Injection)



คุณนิรันดร์ ได้เปิดเผยข้อมูลว่า “จริงๆ แล้ว อาการปวดหลังของผม เกิดขึ้นมาได้สิบกว่าปีแล้ว สาเหตุเกิดจากการทำงาน ที่ฝืนร่างกาย และการยกของหนักๆ ในท่าที่ผิด ทำให้ผมต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลถึงครึ่งเดือนเลยทีเดียวดีกว่าอาการจะดีขึ้น ซึ่งการรักษาครั้งนั้น คุณหมอก็แนะนำให้ผมเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด เพื่อรักษาอาการปวดหลังที่เป็นอยู่แต่ผมยังไม่ยินยอมให้รักษาโดยการผ่าตัด ก็ได้เพียงแต่รักษาแบบประคับประคอง ทานยาตามแพทย์สั่ง และดูแลตนเองให้มากขึ้น จนเวลาล่วงเลยผ่านไปหลายปี ไม่คิดเลยว่าโรคปวดหลังจะกลับมาหาผมอีก เมื่อไม่นานมานี้เอง”

จำได้ว่าช่วงนั้นมีกิจกรรมภายในชุมชน ซึ่งผมเองก็มีหน้าที่ที่ต้องดูแลชาวบ้านอยู่แล้ว ก็อาสาช่วยงานต่างๆ ของชาวบ้านภายในชุมชน ทำนั่น ทำนี่ ยกของบ้าง โดยลืมนึกไปเลยว่าตนเองเคยป่วยเป็นโรคปวดหลังมาก่อน แต่ก็ไม่ได้คิดอะไรมาก เพราะคิดว่าเป็นแค่อาการปวดเนื้อ ปวดตัวธรรมดา เหมือนคนทำงานทั่วไป แต่ที่มารู้สึกได้ชัดเห็นได้ชัดก็คือ หลังจากที่ผมได้ไปทำกิจกรรมล่องแพไม้ไผ่ โดยผมรับหน้าที่เป็นคนถือแพเอง ซึ่งถือว่าเป็นบทหนักใช้ได้เลยทีเดียว เพราะต้องควบคุมทิศทางของแพ ด้วยไม้ไผ่ท่อนเดียว และใช้กำลังเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแผ่นหลัง หลังทำกิจกรรมเสร็จแล้ว ผมรู้สึกปวดหลังมีอาการชาลงที่ปลายเท้า ก็รับหายามาทานและให้ลูกๆ มาบีบนิ้วเพื่อคลายความปวดเมื่อย หวังว่าอาการจะดีขึ้น แต่กลับไม่เป็นอย่างนั้นเลย

รุ่งเช้าอาการปวดหลังของผมยิ่งทวีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น ถึงขั้นลุกออกจากเตียงไม่ได้ จนต้องให้คนในครอบครัวรีบพาไปรักษาที่ ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา อย่างเร่งด่วน

เมื่อมาถึงที่โรงพยาบาลลานนา เจ้าหน้าที่พยาบาลก็รีบนำเปลผู้ป่วยมารับตัวผม และพาไปพบ นพ.ศิริชัย ลือวิฑูรเวชกิจ

แพทย์ประจำศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา เพื่อวินิจฉัยสาเหตุของอาการปวดหลังกำเริบในครั้งนี้ โดย นพ.ศิริชัย ได้ดูจากประวัติการรักษาในครั้งก่อน ประกอบกับให้ผมไปเอกซเรย์แบบ MRI ซึ่งผลการวินิจฉัยพบว่าเกิดจากหมอนรองกระดูกกดทับเส้นประสาท จนทำให้เส้นประสาทส่วนนั้นอักเสบ นพ.ศิริชัย จึงแนะนำให้รักษาด้วยวิธีการฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง (EDSI) ซึ่งเป็นการรักษาโดยไม่ต้องผ่าตัด ที่สำคัญผู้ป่วยไม่ต้องเสียเวลาในการนอนพักรักษาที่โรงพยาบาลนานๆ เหมือนการผ่าตัดทั่วไปเพียงไม่นานหลังการรักษา อาการของผมก็ดีขึ้นตามลำดับ อาการปวดที่มีอยู่ค่อยๆ หายไป สามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติ เพียงแต่ต้องทำตามคำแนะนำของคุณหมอศิริชัยอย่างเคร่งครัด โดยการไม่ยกของหนัก ไม่ฝืนกำลังหมั่นทำกายภาพ และรักษาตนเองอย่างต่อเนื่อง โรคปวดหลังก็จะไม่กลับมาเยือนอีกครั้ง



นพ.ศิริชัย ลือวิฑูรเวชกิจ  
ศัลยแพทย์กระดูกและข้อ  
ประจำศูนย์โรคปวดหลัง รพ.ลานนา

