



“ยกของผิดจังหวะ: กำหนุมใหญ่ปวดหลังรุนแรง
ฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง ...
เทคโนโลยีแบบใหม่ รักษาโรคปวดหลัง”



นพ.กิตติ ศิลปวิศวนนท์
แพทย์ประจำศูนย์โรคปวดหลัง
โรงพยาบาลลานนา

คุณอนันต์ ใจแก้ว ปัจจุบันอายุ 57 ปี มีอาชีพรับราชการอยู่ที่จังหวัดตาก แม้ว่าตัวเองจะไม่มีโรคประจำตัวใดๆ แต่ด้วยลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย ดูแลงานการจัดหาด้วยระบบไอที จึงต้องทำงานหน้าคอมพิวเตอร์อยู่เป็นประจำ ซึ่งอาจส่งผลทำให้เกิดอาการปวดหลังสะสมมานาน แต่ไม่แสดงอาการใดๆ จนเมื่อไม่นานมานี้ เกิดอาการปวดหลังรุนแรงได้กำเริบขึ้น ทำให้ต้องพึ่งหมอจากศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา รักษาอาการปวดหลังให้หายไ้

คุณอนันต์ ได้เล่าว่า “อาการปวดหลังของผม จริงๆ แล้วเกิดขึ้นตั้งแต่ปี 2554 สาเหตุเนื่องมาจาก การนั่งทำงานนานๆ และยกของหนักผิดจังหวะ ทำให้เกิดอาการปวดหลังขึ้นมา ก็ได้หาทางรักษา โดยการไปพบแพทย์ที่คลินิกแห่งหนึ่ง ก็ได้ยามาทาน บรรเทาอาการปวดหลังได้ระยะหนึ่ง ซึ่งแพทย์ก็ได้กำชับในเรื่องให้ระวังการยกของหนัก ถ้าหลีกเลี่ยงได้ก็ควรหลีกเลี่ยงไป ... จนเมื่อปี 2556 จำได้ว่าเป็นช่วงก่อนวันสงกรานต์ ด้วยความไม่ระวัง ก็เผลอตัวไปยกของหนักอีกครั้ง แต่ครั้งนี้รู้สึกว่าจะมีความรุนแรงกว่าครั้งก่อน เพราะมีอาการปวดหลังรุนแรง ประกอบกับมีอาการชาบริเวณขา ตอนนั้นก็หยุดกิจกรรมทุกอย่าง อย่าง เพื่อที่จะนอนพักให้หาย แต่กลับไม่เป็นเช่นนั้นเลย อาการปวดหลังที่มีอยู่ ได้ทวีความรุนแรงมากขึ้น ถึงขั้นกับนอนแทบไม่ได้ และรู้สึกได้ว่าเมื่อเท้าผมแตะพื้นเมื่อไหร่ อาการปวดหลังก็แสดงอาการมาเมื่อนั้น ผมรู้ตัวเองดีว่า อาการปวดหลังของผมมัน แย่ลงกว่าเดิมมาก ถึงขั้นเดินแทบไม่ได้ ผมจึงไม่รอช้าที่จะรีบไปพบแพทย์ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา

ผมได้รู้จักศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา ในบทความเกี่ยวกับโรคปวดหลัง จากนิตยสารคู่สร้างคู่สมนี้แหละครับ ซึ่งมีผู้ป่วยโรคปวดหลัง ที่มีอาการและสาเหตุคล้ายๆ กันกับผม มารักษาที่นี่ จนหายดี ผมจึงมั่นใจและเชื่อมั่นว่าที่ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา นี้แหละ จะทำให้ผมพ้นทุกข์ทรมานจากอาการปวดหลังที่เป็นอยู่

ผมได้พบกับ นพ.กิตติ ศิลปวิศวนนท์ แพทย์ประจำศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา คุณหมอได้สอบถามประวัติและอาการปวดหลังของผม เพื่อวินิจฉัยข้อมูลที่นำไปของอาการปวดหลัง จากนั้นได้ส่งผมไปเอกซเรย์แบบ MRI ซึ่งช่วยให้คุณหมอรู้ถึงสาเหตุที่แท้จริงของอาการปวดหลังได้อย่างแม่นยำ ผลการวินิจฉัยออกมาว่า หมอนรองกระดูกสันหลังกดทับเส้นประสาท และเกิดการอักเสบ คุณหมอแนะนำว่ายังไม่ควรผ่าตัด ให้รักษาด้วยวิธีการฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง ผมจึงเข้ารับการรักษาตามที่คุณหมอแนะนำโดยทันที

หลังจากการรักษาแล้ว ผมนอนพักดูอาการเพียง 1 วันเท่านั้น อาการของผมดีขึ้นทันตาเห็น ความทุกข์ทรมานจากอาการปวดหลังที่เคยมีมา ค่อยๆ หายไป เหลือเพียงทำตามคำแนะนำของคุณหมอกิตติ ที่ให้ทำกายภาพบำบัดร่วมด้วย และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น ไม่นั่งทำงานนานเกิน 2 ชั่วโมง ให้หมั่นลุกมายืดเส้นยืดสาย และหลีกเลี่ยงการยกของหนัก ซึ่งหากปฏิบัติตามที่คุณหมอแนะนำ อาการปวดหลังของผมก็จะไม่กลับมาอีก



ขอขอบคุณ :
คุณอนันต์ ใจแก้ว

