

## บอกเล่าก้าวทันหมอ

เรื่อง : อ.พญ.นันทวัน คุณสินทิพย์



หลายครั้งที่อาการปวดกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น กระดูก และข้อ เช่น ฟังผิดกล้ามเนื้ออักเสบจากการทำงาน เส้นเอ็นอักเสบจากการเล่นกีฬา หรืออุบัติเหตุ เป็นต้น จะส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวัน จำเป็นต้องรักษาฟื้นฟู อาการปวดให้บรรเทา ซึ่งแผนการรักษาอาการบาดเจ็บดังกล่าวก็มีหลายรูปแบบตามอาการและการวินิจฉัยของแพทย์ อาทิ การรับประทานยาเพื่อลดการอักเสบ และผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การทำกายภาพบำบัดเพื่อให้ร่างกายฟื้นตัว หรือในบางกรณีจำเป็นต้องใช้เครื่องมือเข้ามาช่วยให้การรักษามีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น หลายปีที่ผ่านมานวัตกรรมทางการแพทย์ด้านเวชศาสตร์ฟื้นฟูมีการพัฒนาไปอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเครื่องเลเซอร์กำลังสูง (High Power Laser) ก็เป็นอีกหนึ่งเครื่องมือที่ช่วยให้การรักษาอาการบาดเจ็บ บริเวณกล้ามเนื้อ กระดูก หรือเส้นประสาท เห็นผลดีและสะดวกสบายมากขึ้น

### High Power Laser Therapy

#### เลเซอร์เพื่อการบำบัดความเจ็บปวด

เมื่อพูดถึงเลเซอร์ในทางการแพทย์หลายท่าน อาจนึกไปถึงวิธีการผ่าตัดหรือการทำศัลยกรรมเพื่อเสริมความงาม แต่จริงแล้วเลเซอร์ยังสามารถนำมาใช้ในการบำบัดรักษาเพื่อลดอาการปวดในกระดูกและข้อได้อีกด้วย **อ.พญ.นันทวัน คุณสินทิพย์** ฝ่ายเวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ อธิบายถึงหลักการทำงานของเลเซอร์ที่ใช้ทางการแพทย์ว่าเป็นแสงที่มีคุณลักษณะพิเศษมีความยาวคลื่นแบบเดี่ยวและมีทิศทางไปในทางเดียวกัน แตกต่างจากแสงอื่นที่จะกระจายออกไปทุกทิศทางซึ่งลำแสงเลเซอร์ที่ใช้ทางการแพทย์จะมีความรุนแรงกว่าแสงเลเซอร์ที่ใช้ในชีวิตประจำวันทั่วไป เนื่องจากเป็นลำแสงที่สามารถทะลุผ่านชั้นเนื้อเยื่อและเป็นอันตรายต่อดวงตาได้ แม้จะฟังดูอันตรายแต่หากใช้งานโดยผู้เชี่ยวชาญย่อมเป็นประโยชน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการรักษาผู้ป่วยด้วยการทำให้เนื้อเยื่อมีการเปลี่ยนแปลงทางชีววิทยาเพื่อลดอาการปวดตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นกระดูก ข้อ กล้ามเนื้อหรือเส้นเอ็นที่มีการปวด

เจ็บปวดเฉียบพลัน อาการดีขึ้นได้ในทันที

# เครื่องเลเซอร์กำลังสูง (High Power Laser)



แม้ว่าฝ่ายเวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จะมีเครื่องมือเพื่อให้การบำบัดรักษาผู้ป่วยทั้งอุปกรณ์การกายภาพและการบำบัดรูปแบบต่างๆ อย่างครบวงจรแล้ว เครื่องเลเซอร์กำลังสูง (High Power Laser) ก็นับว่าเป็นอีกหนึ่งเทคโนโลยีที่พร้อมให้บริการแก่ผู้ป่วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อแบบเฉียบพลัน **อ.พญ.นันทวัน** ระบุว่า จากการศึกษาพบว่าผู้ป่วยที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อแบบเฉียบพลัน หากใช้เครื่องเลเซอร์กำลังสูงยิงแสงทะลุชั้นผิวหนังเข้าไปกระตุ้นชั้นเนื้อเยื่อจะช่วยลดอาการปวดและอักเสบได้ทันที รวมถึงมีแนวโน้มที่จะใช้เวลาในการรักษาจนหายสั้นกว่าการรักษาด้วยวิธีการอื่นๆ

ด้วยเหตุนี้ ฝ่ายเวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จึงมุ่งเน้นการใช้เครื่องเลเซอร์กำลังสูงในการรักษาผู้ป่วยกลุ่มที่มีอาการบาดเจ็บชนิดเฉียบพลันเป็นหลัก **อ.พญ.นันทวัน** กล่าวเสริมว่า คุณสมบัติของเครื่องเลเซอร์กำลังสูงยังมีศักยภาพในการรักษาผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บเรื้อรังได้ด้วย เช่น ผู้ป่วยที่มีอาการออฟฟิศซินโดรม (Office Syndrome) หรือรักษาแผลที่บริเวณผิวหนังในกลุ่มผู้ป่วยที่มีแผลกดทับหรือแผลเท้าเบาหวาน เพื่อกระตุ้นการซ่อมแซมและสร้างคอลลาเจน (Collagen) ให้แผลหายดีและเร็วขึ้น สำหรับข้อควรระวังในการใช้เครื่องเลเซอร์กำลังสูง คือ ควรใช้อย่างระมัดระวังทั้งผู้ป่วยและบุคลากรทางการแพทย์ ผู้ให้บริการ เนื่องจากลำแสงเลเซอร์ที่ใช้มีระดับความรุนแรงที่เป็นอันตรายต่อดวงตา ดังนั้นการให้บริการจึงควรอยู่ภายในห้องมืดชิดที่โรงพยาบาลจัดเตรียมไว้ ขณะเดียวกันยังมีข้อจำกัดการใช้เครื่องมือดังกล่าวในกลุ่มสตรีมีครรภ์ที่ไม่ควรเข้ารับบริการ และในเด็กที่ไม่ควรใช้ในบริเวณกระดูกและข้อที่จะเจริญเติบโตต่อไป

เมื่อถามว่าเลเซอร์กำลังสูงสามารถรักษาโรคอะไรได้บ้าง **อ.พญ.นันทวัน** อธิบายว่า เครื่องเลเซอร์กำลังสูงสามารถรักษากลุ่มอาการต่างๆ ได้ ดังนี้

- กลุ่มที่ 1 คือ โรคที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บปวดทั้งหลายในระบบกล้ามเนื้อ กระดูก ข้อต่อ เส้นเอ็น เช่น กล้ามเนื้ออักเสบ เอ็นข้อไหล่อักเสบ ข้อศอกอักเสบ ข้อมืออักเสบ นิ้วล็อก ฟังผืดใต้ฝ่าเท้าอักเสบ ข้อเข่าเสื่อม ปวดเอว ปวดหลังจากกล้ามเนื้ออักเสบ หรือหมอนรองกระดูกเคลื่อน เป็นต้น
- กลุ่มที่ 2 คือ กลุ่มโรคเกี่ยวกับเส้นประสาทโดยตรง ซึ่งส่วนใหญ่ผู้ป่วยจะมาด้วยอาการปวดและชา เช่น มือเท้าชาจากปลายประสาทอักเสบหรือเสื่อมเนื่องจากโรคเบาหวาน ผลแทรกซ้อนจากยาเคมีบำบัด โรคหลอดเลือดสมอง หรือโรคหลอดเลือดหัวใจ เป็นต้น
- กลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มโรคที่มีอาการบวมของแขนขา ได้แก่ อาการบวมซ้ำจากการบาดเจ็บ หรือบวมแขนหลังผ่าตัดเต้านมและต่อมน้ำเหลือง
- กลุ่มที่ 4 คือ แผลจากสาเหตุต่างๆ เช่น แผลเบาหวาน แผลกดทับ เป็นต้น

สำหรับผู้ที่ต้องการจะขอรับบริการเพื่อรักษาอาการปวดหรืออักเสบบริเวณกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ สามารถติดต่อขอพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุก่อนที่แพทย์จะวินิจฉัยและออกแบบการรักษาต่อไป เพราะการรักษาด้วยเวชศาสตร์ฟื้นฟูสามารถทำได้หลากหลายรูปแบบและหลายเครื่องมือ ตามความเหมาะสมของอาการผู้ป่วยและเครื่องมือที่มีอยู่

## 5 คุณสมบัติโดดเด่นของการรักษาด้วยเครื่องเลเซอร์กำลังสูง

- 1) ผู้ป่วยไม่เจ็บตัว เนื่องจากการรักษาด้วยเครื่องเลเซอร์กำลังสูงเป็นหัตถการการักษาที่ไม่รุกรานเข้าสู่ร่างกาย ต่างจากการรักษาอาการปวดหรืออักเสบของกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น บางวิธีที่จะต้องมีกรรุกรานร่างกายทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการเจ็บจากการรักษา เช่น การฝังเข็ม และการฉีดยา เป็นต้น
- 2) เห็นผลทันทีหลังการรักษา เป็นจุดเด่นของการรักษาด้วยเครื่องเลเซอร์กำลังสูง ผู้ป่วยสามารถรู้สึกได้ถึงความแตกต่างของอาการอักเสบที่จะดีขึ้นทันทีอย่างน้อย 50% ภายหลังจากการรักษา โดยเฉพาะในผู้ป่วยที่มีอาการอักเสบชนิดเฉียบพลัน
- 3) การรักษาต่อครั้งใช้เวลาไม่นาน การใช้เครื่องเลเซอร์กำลังสูงจะช่วยย่นระยะเวลาในการรักษาแต่ละครั้ง เหลือเพียง 1 – 5 นาทีต่อจุดที่มีอาการปวดหรืออักเสบ
- 4) แผนการรักษาใช้ระยะเวลาสั้น โดยทั่วไปแล้วอาการปวดหรืออักเสบตามกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ จะใช้เวลาในการรักษาหลายสัปดาห์จนกว่าจะเห็นผลที่ชัดเจนขึ้น แต่การกระตุ้นกล้ามเนื้อด้วยลำแสงเลเซอร์จะช่วยให้การฟื้นตัวของเนื้อเยื่อรวดเร็วมากยิ่งขึ้น ทำให้ใช้เวลาในการรักษาสั้นกว่ารูปแบบอื่นๆ ผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บเฉียบพลันใช้เวลารักษาประมาณ 3 – 5 ครั้ง ขณะที่ผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บเรื้อรังจะใช้เวลารักษา 10 – 15 ครั้ง โดยประมาณ
- 5) เข้ารับการรักษาได้ทุกระยะ ทั้งกลุ่มเฉียบพลัน กึ่งเฉียบพลัน ไปจนถึงผู้ป่วยที่มีอาการอักเสบเรื้อรัง แต่ที่เห็นผลได้ดีและชัดเจนที่สุดคือในกลุ่มเฉียบพลัน ถือเป็นข้อได้เปรียบของเครื่องเลเซอร์กำลังสูงเมื่อเทียบกับอุปกรณ์ในการรักษาชนิดอื่นที่ไม่สามารถใช้กับผู้ป่วยกลุ่มเฉียบพลันได้

