

ผลงานประกอบการพิจารณาประเมินบุคคล  
เพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาชีพเฉพาะ

ตำแหน่งนายแพทย์ 7 วช. (ด้านเวชกรรม สาขาศัลยกรรมกระดูก)

เรื่องที่เสนอให้ประเมิน

1. ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

เรื่อง เอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง ปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม

2. ข้อเสนอ แนวคิด วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

เรื่อง เอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง การผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อม

เสนอโดย

นายเรวิทย์ ัญญาสุวรรณกุล

ตำแหน่งนายแพทย์ 6

(ตำแหน่งเลขที่ วพบ. 1573)

ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์

วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล

สำนักงานแพทย์

## ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

1. ชื่อผลงาน เอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง ปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม

2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ มิถุนายน 2550 – ธันวาคม 2550

3. ความรู้ทางวิชาการหรือแนวคิดที่ใช้ในการดำเนินการ

3.1 อาการปวดเข่าเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่พบมากในผู้ป่วยทั่วไป และมีอุบัติการณ์สูงในผู้ป่วยสูงอายุ สาเหตุของการปวดเข่า มาจากหลายสาเหตุ เช่น กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น ถุงน้ำรอบเส้นเอ็น (Bursa) หมอนรองกระดูกข้อเข่า กระดูกอ่อนผิวข้อเสื่อม ซึ่งสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่งของอาการปวดเข่า ในผู้สูงอายุ คือ โรคข้อเข่าเสื่อม

โรคข้อเสื่อม คือโรคที่มีการเปลี่ยนแปลงของกระดูกอ่อนในข้อ มีลักษณะร่วมกันของพยาธิสภาพ และลักษณะที่พบในภาพรังสี โดยพบมีการสึกกร่อนของกระดูกอ่อนในข้อ Synovial พร้อมกับมีการเปลี่ยนแปลงในส่วนของ Subchondral bone และกระดูกงอกของข้อ ทางภาพรังสีพบมีการแคบของช่องว่างระหว่างกระดูก (Joint space narrowing) Subchondral bone sclerosis และ cyst และมีกระดูกงอกที่รอบของข้อ (Marginal Osteophyte) โรคข้อเสื่อมมักเกิดกับข้อเข่า ข้อสะโพก ข้อมือ และข้อที่กระดูกสันหลังส่วน Apophyseal

สาเหตุของโรคข้อเข่าเสื่อมจำแนกออกเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 2 แบบ คือ

3.1.1 ข้อเข่าเสื่อมแบบ primary ข้อเข่าเสื่อมประเภทนี้ไม่มีสาเหตุ แต่มีปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรค เช่น อายุมาก น้ำหนักตัวมาก พันธุกรรม

3.1.2 ข้อเข่าเสื่อมแบบ secondary ข้อเข่าเสื่อมประเภทมีสาเหตุ เช่น ผู้ป่วยอาจมีโรคข้ออักเสบบางชนิดมาก่อน ผู้ป่วยเคยได้รับบาดเจ็บที่มีกระดูกหักแตกเข้าข้อ เคยได้รับบาดเจ็บที่เส้นเอ็นข้อเข่าทำให้เข่าเสถียรความมั่นคงหรือได้รับบาดเจ็บที่หมอนรองกระดูกข้อเข่า

อาการปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อมที่พบบ่อยมักเป็น primary คือ ไม่มีสาเหตุ และมักพบมากในผู้ป่วยสูงอายุ ซึ่งสร้างปัญหาให้กับผู้ป่วยทั้งอาการเจ็บปวดที่ข้อ การเคลื่อนไหวของข้อลดลง การเดินและการใช้ชีวิตประจำวันไม่ได้ตามปกติอย่างที่เคยปฏิบัติ ส่งผลต่อผู้ป่วยและญาติที่ดูแล ตลอดจนเป็นปัญหาทางสาธารณสุขระดับมหภาค เนื่องจากปัจจุบันประชากรมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้นทำให้จำนวนผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมเพิ่มจำนวนมากขึ้น การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมจึงมีความสำคัญไม่เพียงแต่เป็นการรักษาเฉพาะผู้ป่วยเป็นราย ๆ แต่มีความสำคัญมหภาคที่จะต้องคำนึงถึงการดูแลผู้ป่วยจำนวนมาก วิธีการที่ใช้ปฏิบัติจะต้องเรียบง่ายไม่ซับซ้อนหรือยากต่อการปฏิบัติ และสามารถนำไปใช้ได้ในวงกว้าง การให้ยาหรืออุปกรณ์ใด ๆ ซึ่งต้องคำนึงถึงประโยชน์ต่อผู้ป่วยและความคุ้มค่าในระดับมหภาคควบคู่กันไป ตลอดจนบุคลากรที่จะเข้ามาปฏิบัติงานในส่วนนี้ต้องมีความเข้าใจและมีความชำนาญในการดูแลและปฏิบัติต่อผู้ป่วยเป็นอย่างดี เนื่องจาก

ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ การทำให้ผู้ป่วยเข้าใจและร่วมมือในการปฏิบัติตัวมีส่วนสำคัญมากต่อความสำเร็จในการรักษา

การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม ประกอบด้วยหลายวิธี

1. ปรับเปลี่ยนการปฏิบัติตัวและการดำเนินชีวิต เช่น ลดน้ำหนัก การใช้ไม้เท้าช่วยเดิน การใส่ปลอกหุ้มเข่า หรือการให้กำลังใจงานเข่าบางลักษณะที่จะทำให้มีอาการเจ็บเข่ารุนแรงขึ้น อย่างเช่น การเดินขึ้นลงบันไดบ่อย ๆ การขึ้นหรือลงที่ชัน การปั่นจักรยาน การนั่งขัดสมาธิ การนั่งพับเพียบ เป็นต้น ควรแนะนำให้คนไข้ใช้งานข้อเข่าในลักษณะดังต่อไปนี้ที่จะไม่ก่อให้เกิดอาการเจ็บเข่ารุนแรงขึ้น เช่น นั่งโต๊ะงอเข่า 90 องศา นั่งเหยียดเข่าตรง ออกกำลังกายโดยการว่ายน้ำ ซึ่งจะไม่ทำให้น้ำหนักลดลงมาที่ข้อเข่ามาก จะทำให้อาการปวดไม่รุนแรงมาก

2. การใช้ยารักษาอาการปวด มียารักษาอาการปวดหลายกลุ่ม ที่สามารถนำมาใช้กับผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม

2.1 ยาพาราเซตามอล ช่วยแก้ปวดได้ดี เป็นยาที่ผู้ป่วยมีอยู่ติดบ้านเป็นส่วนใหญ่ ขนาดที่ใช้ไม่ควรเกินวันละ 4 กรัม ผู้ป่วยที่มีปัญหาโรคตับต้องระวัง

2.2 ยาคลายกล้ามเนื้อ อาการปวดข้อเข่าเสื่อมมักจะมีอาการปวดจากกล้ามเนื้อรอบ ๆ เข่า การให้ยาคลายกล้ามเนื้อจะช่วยลดอาการปวดได้ดี อาจจะใช้ร่วมกับยาแก้ปวดกลุ่มอื่น

2.3 ยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ ยากลุ่มนี้เป็นที่นิยมกันมาก และใช้แก้อาการปวดได้ดี เนื่องจากปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อมมักจะมีอาการอักเสบข้อเข่าร่วมด้วย ยากลุ่มนี้มีให้เลือกมากมายหลายชนิด แต่ต้องระวังผลข้างเคียงต่อดับ ไต หัวใจ และที่พบบ่อยคือ ภาวะแพ้อาหาร ซึ่งผู้ป่วยที่ใช้ยาในกลุ่มนี้เป็นประจำอาจมีอาการปวดตับหรือมีแผลในกระเพาะอาหาร การใช้ยาในกลุ่มนี้จึงควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด และไม่ควรใช้ยาในกลุ่มนี้หลาย ๆ ตัวพร้อมกัน ก่อนผ่าตัดผู้ป่วยต้องหยุดยาก่อนช่วงเวลาหนึ่งเนื่องจากจะมีผลทำให้เลือดออกไม่หยุดจากการผ่าตัดได้

2.4 ยาในกลุ่มอื่น ๆ เช่น ยากินเพื่อชะลอการเสื่อมของข้อ ยาฉีดเข้าข้อ หรือยาแก้ปวดในกลุ่มอื่น ๆ

การใช้ยาคควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ แพทย์จะแนะนำและเลือกให้ยาให้เหมาะกับคนไข้แต่ละราย

3. การทำกายภาพบำบัด เพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อรอบ ๆ เข่า และช่วยเพิ่มการเคลื่อนไหวของข้อเข่า

4. การผ่าตัดรักษาซึ่งมีวิธีการผ่าตัดเพื่อรักษาอยู่ 4 วิธี

การผ่าตัดแบบส่องกล้อง

การผ่าตัดแบบปรับแนวกระดูก

การผ่าตัดเปลี่ยนข้อบางส่วน

การผ่าตัดเปลี่ยนข้อทั้งหมด

3.2 ในวิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล มีผู้ป่วยเข้ารับการรักษาด้วยอาการปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อมเป็นจำนวนมากทั้งแผนกผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน (การรักษาโดยการผ่าตัด) โดยเฉพาะผู้ป่วยในมีผู้ป่วยมารับการรักษาโดยการผ่าตัดปีละ 150 – 200 ราย ในแผนกผู้ป่วยนอกมีผู้ป่วยมารับการรักษาด้วยเรื่องข้อเข่าเสื่อม วันละ 30– 40 ราย จากการสำรวจพบโรคข้อเข่าเสื่อมที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกพบว่าผู้ป่วยจำนวนมากที่ไม่เข้าใจเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อมทั้งในแง่การดำเนินโรค การปฏิบัติตัว การใช้ยา ผลข้างเคียงของการใช้ยา หรือความรู้เกี่ยวกับเรื่องการผ่าตัดถึงแม้ว่าจะเป็นผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาด้วยเรื่อง ข้อเข่าเสื่อมมาหลายครั้งแล้ว ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นอาจจะเกิดจากแพทย์ผู้ตรวจมีคนไข้จำนวนมากที่รอตรวจจึง ไม่มีเวลาให้ความรู้เกี่ยวกับโรคนี้ให้กับผู้ป่วย หรืออาจเกิดจากโรคข้อเข่าเสื่อมเป็น โรคที่มักเกิดในผู้สูงอายุทำให้การรับรู้เกี่ยวกับข้อมูลที่แพทย์ให้มีข้อจำกัด การมีเอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชนเรื่อง ข้อเข่าเสื่อมจะเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้แพทย์ที่มีและจำกัดในการพูดคุยกับผู้ป่วย สามารถให้ข้อมูลกับผู้ป่วยได้ครบถ้วนสมบูรณ์ ผู้ป่วยสามารถนำคู่มือกลับไปศึกษาเพิ่มเติมที่บ้านได้เพราะใช้คำพูดที่เข้าใจง่าย และมีรูปภาพประกอบ และยังเป็นแหล่งกระจายความรู้เรื่องปวดเข่าและข้อเข่าเสื่อมในวงกว้าง เนื่องจากมีผู้ป่วยจำนวนมากมาใช้บริการที่แผนกผู้ป่วยนอกและเอกสารเผยแพร่ความรู้วางอยู่ในตำแหน่งที่ผู้ป่วยหรือญาติสามารถจะหยิบและนำกลับไปอ่านได้

#### 4. สรุปสาระสำคัญของเรื่องและขั้นตอนการดำเนินการ

การจัดทำเอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง ปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับข้อมูลของโรคข้อเข่าเสื่อมเกี่ยวกับ ความหมายของโรคข้อเข่าเสื่อม ปัจจัยเสี่ยง อาการ การปฏิบัติตัว การบริหารกล้ามเนื้อ การรักษาทั้งแบบประคับประคองและการรักษาโดยการผ่าตัด

การจัดทำเอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน มีขั้นตอนการดำเนินการในขั้นเตรียมงาน ดังนี้

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดทำเอกสารเผยแพร่ความรู้ดังกล่าว
2. กำหนดเนื้อหาที่จะบรรจุในเอกสารเผยแพร่ความรู้
3. ออกแบบรูปเล่มของเอกสารเผยแพร่ความรู้
4. รวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ
5. รวบรวมและจัดทำภาพประกอบ
6. ตรวจสอบข้อมูลและภาพประกอบที่รวบรวมได้
7. นำเสนอข้อมูลที่ตรวจสอบแล้วเพื่อพิจารณาก่อนการจัดทำพิมพ์
8. ปรับปรุงแก้ไขก่อนการตีพิมพ์
9. นำเสนอเอกสารเผยแพร่ความรู้ที่ได้รับการตีพิมพ์แล้วในที่ประชุมภาควิชา
10. นำไปใช้กับผู้ป่วยที่มารับบริการที่ภาควิชา
11. ติดตามผลและประโยชน์ที่ได้รับจากการใช้เอกสารเผยแพร่ความรู้ดังกล่าว

## 5. ผู้ร่วมดำเนินการ

“ไม่มี”

## 6. ส่วนของงานที่ผู้เสนอเป็นผู้ปฏิบัติ

ขั้นตอนและรายละเอียดในการจัดทำเอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง ปวดเข่าจากข้อเข่าเสื่อม ประกอบด้วย

6.1 การกำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดทำเอกสารเผยแพร่ โดยพิจารณาจากปัญหาที่ผู้ป่วยไม่มีความเข้าใจในโรคข้อเข่าเสื่อม และการปฏิบัติตัวของผู้ป่วย และข้อมูลที่แพทย์ต้องอธิบายซ้ำ ๆ กับผู้ป่วย

6.2 การกำหนดเนื้อหาที่จะบรรจุในเอกสารเผยแพร่ โดยแบ่งหัวข้อเป็น ความหมายของข้อเข่าเสื่อม ปัจจัยเสี่ยง การปฏิบัติตัว การรักษาทั้งการรักษาแบบประคับประคองและการผ่าตัด

6.3 การรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับความเชื่อถือ จากหนังสือศัลยศาสตร์ ออร์โธปิดิกส์ที่เป็นมาตรฐานและได้รับการยอมรับ และจากข้อมูลการศึกษาวิจัยที่เป็นที่ยอมรับในระดับสากล

6.4 การตรวจสอบข้อมูลที่รวบรวมได้ว่าส่วนใดเหมาะสม มีประโยชน์ต่อผู้ป่วย สมควรมานำมาเสนอในเอกสาร

6.5 การเสนอข้อมูลที่ตรวจสอบแล้วเพื่อพิจารณาก่อนจัดพิมพ์ โดยผู้ขอรับการประเมิน พิจารณาให้เนื้อหาที่ผู้ป่วยสามารถอ่านเข้าใจง่ายและปฏิบัติตามได้ด้วยตนเอง

6.6 ปรับปรุงแก้ไขก่อนการพิมพ์ โดยปรับปรุงแก้ไข ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและตัวสะกด

6.7 การนำเสนอเอกสารเผยแพร่ความรู้ที่ได้รับการตีพิมพ์แล้วในที่ประชุมภาควิชา เพื่อให้แพทย์ท่านอื่นทราบว่ามีการจัดทำเอกสารเผยแพร่ความรู้ดังกล่าวขึ้น และสามารถนำไปใช้ได้

6.8 การนำไปใช้กับผู้ป่วยที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของภาควิชา โดยแพทย์หรือบุคลากรในภาควิชาจะเป็นผู้แนะนำ

6.9 การติดตามผลและประโยชน์ที่ได้รับจากใช้เอกสารเผยแพร่ความรู้ โดยให้ผู้ป่วยประเมินความพึงพอใจต่อเอกสารเผยแพร่ความรู้และมีความสามารถในการนำเอกสารเผยแพร่ความรู้ไปใช้ประโยชน์ รวมทั้งได้รับความรู้ความเข้าใจจากเอกสารเผยแพร่ความรู้ดังกล่าวได้

สัดส่วนการดำเนินการของผู้ขอรับการประเมินเท่ากับ ร้อยละ 100

## 7. ผลสำเร็จของงาน

ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุของโรค อาการของโรคและแนวทางในการรักษาตั้งแต่การรักษาแบบประคับประคอง การพักการใช้งาน การทำกายภาพบำบัด การใช้ยารับประทาน และผู้ป่วยเข้าใจวิธีผ่าตัดรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม ทั้งแบบส่องกล้องผ่าตัดเปลี่ยนแนวกระดูก ผ่าตัดเปลี่ยนข้อบางส่วน หรือผ่าตัดเปลี่ยนข้อทั้งหมด

## 8. การนำไปใช้ประโยชน์

8.1 ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยโรคข้อเข่าเสื่อม มีความเข้าใจเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อม ปัจจัยเสี่ยง อากาศของโรคไปจนถึงวิธีการรักษาแบบประคับประคอง และวิธีการรักษาแบบผ่าตัด

8.2 ผู้ป่วยสามารถร่วมตัดสินใจกับแพทย์ได้ในกรณีที่มีข้อบ่งชี้ในการผ่าตัดว่าจะรักษาด้วยการผ่าตัด แบบส่องกล้อง ผ่าตัดเปลี่ยนแนวกระดูก ผ่าตัดเปลี่ยนข้อบางส่วน หรือผ่าตัดเปลี่ยนข้อทั้งหมด

8.3 ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้ในระยะเริ่มต้นของโรคที่อาจจะยังไม่จำเป็นต้องใช้ยาหรือผ่าตัด ลดความถี่ของการมาพบแพทย์ และช่วยลดค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาพยาบาล เป็นการเพิ่มคุณภาพชีวิต ของผู้ป่วย

8.4 ผู้ป่วยมีความพึงพอใจในการมารับบริการ เนื่องจากได้รับข้อมูลเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อมที่ให้ รายละเอียดอย่างครบถ้วน

8.5 ผู้ป่วยได้รับข้อมูลเป็นมาตรฐานเดียวกัน เสริมสร้างความเข้าใจ ลดความวิตกกังวลในผู้ป่วย ที่ยังไม่เคยได้รับข้อมูลที่ไม่ครบถ้วนเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อม

## 9. ความยุ่งยาก ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินการ

9.1 ปัญหาจากการใช้ภาพประกอบคำบรรยาย เนื่องจากมีปัญหาเรื่องงบประมาณทำให้เอกสาร เผยแพร่ความรู้ไม่สามารถจัดพิมพ์เป็นสีได้ จึงมีอุปสรรคจากการใช้ภาพขาวดำในการสื่อความเข้าใจกับ ประชาชนให้เข้าใจเนื้อหาได้ครบถ้วน

9.2 ปัญหาจากการใช้ภาษาศัพท์ทางเทคนิคบางอย่างแปลเป็นไทยแล้ว ผู้ป่วยอาจจะยังไม่เข้าใจ

## 10. ข้อเสนอแนะ

เนื่องจากโรคข้อเข่าเสื่อมมีความชุกสูงโดยเฉพาะในผู้สูงอายุ และสร้างความเจ็บปวดและทุกข์ทรมาน กับคนไข้มาก จึงควรจัดโครงการเผยแพร่ความรู้ให้ประชาชนโดยการบรรยาย จะทำให้ผู้ป่วยได้รับความรู้ในวงกว้างและละเอียดจากวิทยากร ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยมีแรงจูงใจในการปฏิบัติตัวเพื่อการรักษาโรค ให้มีประสิทธิภาพสูงสุด

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ.....

(นายเรวิทย์ ธีญาสุวรรณกุล)

ผู้ขอรับการประเมิน

...../...../.....

ได้ตรวจสอบแล้วขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นถูกต้องตรงกับความเป็นจริงทุกประการ

ลงชื่อ.....

(นายไพศาล อภิมนต์บุตร)

นายแพทย์ 9 วช. (ด้านเวชกรรม สาขาศัลยกรรมกระดูก)

ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าภาควิชาออร์โธปิดิกส์

วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล

สำนักการแพทย์

...../...../.....

ลงชื่อ.....

(นายชัยวัน เจริญโชคทวี)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล

สำนักการแพทย์

...../...../.....

**เอกสารอ้างอิง**

**S Terry Canale, James H Beaty : Campbell's operative Orthopaedics. In : Gregory D. Dabov, eds : Osteoarthritis, 10<sup>th</sup> edition. Philadelphia, 2003: 1000-1019.**



**ข้อเสนอ แนวคิด วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น  
ของ นายเรวิทย์ ธีญาสุวรรณกุล**

เพื่อประกอบการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง นายแพทย์ 7 วช. ด้านเวชกรรม สาขาศัลยกรรมกระดูก (ตำแหน่งเลขที่ วพบ.1573) สังกัด ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานคร และวชิรพยาบาล สำนักงานแพทย์

เรื่อง เอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง การผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อม

**หลักการและเหตุผล**

โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่พบบ่อยที่สุดในกลุ่มโรคข้ออักเสบ และความชุกของภาวะข้อเข่าเสื่อมแบบปฐมภูมิ (Primary osteoarthritis) จะเพิ่มสูงขึ้นตามอายุ และเป็นโรคที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดและความทุกข์ทรมานจากการดำเนินชีวิตตลอดจนมีผลทางด้านจิตใจ การรักษาแบบประคับประคองโดยการใช้ยาและการทำกายภาพบำบัดทำให้ผู้ป่วยมีภาวะปวดที่ลดลงและการใช้งานข้อและการดำเนินชีวิตดีขึ้น แต่ก็มีผู้ป่วยบางรายที่การรักษาแบบประคับประคองไม่สามารถควบคุมอาการปวดให้อยู่ในระดับที่ผู้ป่วยพอใจได้ การรักษาข้อเข่าเสื่อมด้วยวิธีการผ่าตัดจึงมีความสำคัญขึ้นในผู้ป่วยที่ประสบความล้มเหลวจากการรักษาแบบประคับประคอง

การรักษาข้อเข่าเสื่อมโดยวิธีการผ่าตัดมีหลายวิธี แต่ละวิธีมีข้อดีข้อด้อยและข้อบ่งชี้ที่แตกต่างกันไป จึงเป็นที่มาของแนวคิดในการจัดทำ เอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชน เรื่อง การผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อม

**วัตถุประสงค์และหรือเป้าหมาย**

1. เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อบ่งชี้ในการผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อม วิธีการผ่าตัดทั้ง 4 ชนิด ได้แก่ การผ่าตัดแบบส่องกล้อง การผ่าตัดเปลี่ยนแนวกระดูก การผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าบางส่วน การผ่าตัดเปลี่ยนข้อทั้งหมด การดูแลและปฏิบัติตัวทั้งก่อนและหลังผ่าตัด ภาวะแทรกซ้อนจากการผ่าตัด
2. เพื่อให้ผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อมสามารถปฏิบัติตัวได้อย่างเหมาะสม ทั้งก่อนและหลังผ่าตัดเพื่อให้ผลการผ่าตัดออกมาดี และป้องกันภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัด
3. เพื่อให้ประชาชนทั่วไปสามารถทำกายภาพก่อนและหลังผ่าตัดได้อย่างถูกต้อง และสามารถดูแลแผลผ่าตัดเพื่อป้องกันการติดเชื้อ
4. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับข้อดีข้อเสียของวิธีผ่าตัดแต่ละวิธี

### กรอบการวิเคราะห์ แนวคิด ข้อเสนอ

จัดทำเอกสารเผยแพร่ความรู้สำหรับประชาชนเรื่องการผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อม เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับข้อบ่งชี้ในการผ่าตัด การผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อมทั้ง 4 วิธี คือ การผ่าตัดแบบส่องกล้อง การผ่าตัดเปลี่ยนแนวกระดูก การผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าบางส่วน และการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าทั้งหมด ข้อดีข้อด้อยของการผ่าตัดแต่ละวิธี ข้อบ่งชี้ของการผ่าตัดแต่ละวิธี การปฏิบัติตัวและการทำกายภาพทั้งก่อนและหลังผ่าตัด การดูแลแผลผ่าตัด เพื่อนำเอกสารเผยแพร่ความรู้มาใช้ประกอบการรักษาผู้ป่วยโดยแพทย์ และบุคลากรของภาควิชา และทำการประเมินความรู้ความเข้าใจที่ผู้ป่วยได้รับ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพิ่มความพึงพอใจของผู้ป่วยในการมารับบริการ เนื่องจากได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงควบคู่ไปกับการรักษาที่ได้รับจากการมารับบริการที่โรงพยาบาล
2. เพิ่มประสิทธิภาพและผลสำเร็จของการรักษา เนื่องจากผู้ป่วยปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง ป้องกันไม่ให้อาการของโรคเป็นมากขึ้น กำเริบ หรือเกิดภาวะแทรกซ้อน
3. ผู้ป่วยได้รับข้อมูลที่ครบถ้วน ไม่ต้องวิตกกังวลเหมือนในกรณีที่ได้รับข้อมูลจากคำแนะนำ โดยไม่มีเอกสารประกอบเพียงพอ และสามารถนำกลับมาอ่านซ้ำได้เพื่อความเข้าใจและการปฏิบัติตนที่ถูกต้องมากขึ้น
4. เพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและประชาชนทั่วไป เนื่องจากการให้ข้อมูลความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลตนเองทั้งก่อนและหลังผ่าตัด ทำให้ลดภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดและทำให้ผู้ป่วย ฟื้นตัวจากการผ่าตัดได้เร็ว

### ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตัวก่อนและหลังผ่าตัด โดยประเมินจากการที่ผู้ป่วยสามารถเคลื่อนไหวข้อได้เร็วขึ้นและภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดลดลงมาก
2. ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการผ่าตัดรักษาแต่ละแบบ ตลอดจนข้อดีข้อเสียแต่ละวิธี โดยประเมินจากการที่ผู้ป่วย สามารถร่วมกับแพทย์ในการตัดสินใจเลือกวิธีผ่าตัด แทนที่จะให้แพทย์เป็นผู้ตัดสินใจเพียงฝ่ายเดียว
3. ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อบ่งชี้ในการผ่าตัดรักษาข้อเข่าเสื่อม โดยประเมินจากการที่ผู้ป่วยยอมรับการผ่าตัดเมื่อมีข้อบ่งชี้หรือไม่เรียกร้องการผ่าตัดเมื่อไม่มีข้อบ่งชี้

ลงชื่อ.....

(นายเรวิทย์ รัชญาสุวรรณกุล)

นายแพทย์ 6

ผู้ขอรับการประเมิน

...../...../.....

## เอกสารอ้างอิง

1. Thai rehabilitation medicine association: Reflection on advances in rehabilitation and the future challenges. The annual scientific meeting of royal college of physiatrist of Thailand and Thai rehabilitation medicine association 2003: 29.
2. Kuptniratsaikul V, Tosayanonda O, Nilganuwong S, Thamalitkitkul V. The epidemiology of osteoarthritis of the knee in elderly patients living an urban area of Bangkok. J Med Assoc Thai 2002;85(2):154-61.
3. Todd P. Stitik, Patrick M.Foye, Doreen Stiskal and Robert R.Nadler. Osteoarthritis. In: Joel A. DeLisa, ed. Physical medicine and rehabilitation: principles and practice, 4<sup>th</sup> edition. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 2005: 770.