

การปวด/ชาจากเส้นประสาทมีเดียที่ถูกกดทับ (Carpal Tunnel Syndrome)



พยาธิสภาพ

เส้นประสาทมีเดีย(Median nerve) จะรับรู้ความรู้สึกที่นิ้วหัวแม่มือถึงนิ้วนาง และควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อเอ็นนิ้วมือ เส้นประสาทมีเดียอยู่ในอุโมงค์ของข้อมือ รวมกับเส้นเอ็นอีก 9 เส้น เมื่อมีการใช้งานของเส้นเอ็นมาก เยื่อหุ้มเส้นเอ็นจะบวม ความดันภายในอุโมงค์จึงสูงขึ้นจนทำให้เส้นประสาทมีเดียถูกกดเบียด จนเกิดอาการปวดและ/หรือชา

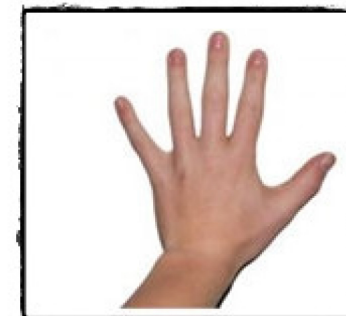


ความดันภายในอุโมงค์มีความสำคัญต่อการเป็นหรือการหายของภาวะนี้ ความดันในอุโมงค์จะต่ำที่สุดในท่าที่ข้อมือเหยียดตรง และจะสูงในท่าที่ข้อมือกระดกขึ้นหรือลง ดังนั้น อาการของคนที่เป็นจะมีมากขึ้นหรือลดลง เนื่องจากข้อมือจะอยู่ในท่ากระดกขึ้น และมักมีอาการตอนกลางดึกหรือเช้ามืด เนื่องจากเวลานอนหลับ ข้อมือมักจะงอพับลง



อาการ

ปวดและ/หรือชาตามนิ้วหัวแม่มือ ชี๊ กลาง นาง ขณะทำงานหรือเวลานอนหลับ บางครั้งปวดหรือชาจนทำให้สะดุ้งตื่น บางคนปวดร้าวขึ้นมาที่ท้องแขน



การรักษา

1. ลดการใช้งานของมือ เพื่อให้เยื่อเส้นเอ็นยุบวม จะทำให้เส้นประสาทถูกบดกวนน้อยลง

2. ขนตะปัดหรือชา ควรหยุดและข้อนิ้วให้ตรงไว้สักครู่ จะทำให้ความดันภายในอุโมงค์ที่เส้นประสาทมีเดียนอยู่ลดลง จะทำให้ลดการกดของเส้นประสาท



3. ถ้าอาการเป็นระยะเริ่มต้นหรืออาการไม่มาก อาจใช้ยาบรรเทาปวด มักเป็นยาในกลุ่มแก้ปวดที่เกิดจากปลายประสาท และยาในกลุ่มบำรุงปลายประสาท



4. การฉีดยากลุ่มสเตียรอยด์บริเวณข้อนิ้ว จะช่วยให้เยื่อหุ้มเอ็นลดการบวม อันจะทำให้เส้นประสาทถูกกดน้อยลง

5. กรณีที่เป็นซ้ำอีก และมีปัญหาในการใช้งานของมือ อาจต้องรักษาด้วยการผ่าตัดขยายอุโมงค์ของเส้นประสาท (Carpal tunnel release)



การปวด/ชา

จากเส้นประสาทมีเดียนถูกกดทับ



**ด้วยความปรารถนาดี
งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์
โรงพยาบาลท่าตูม**

WWW.THATOOMHSP.COM

โทร.0-4459-1126 ต่อ 116