

ปวดหลัง แบบไหน อันตราย!!!

ผศ.นพ.สันติ วีรกุล



ปวดหลังเป็นอาการที่พบบ่อยมาก
ที่สุดอาการหนึ่งที่ทำให้ผู้ป่วยต้อง
หยุดงาน และไปพบแพทย์ โดย
ประมาณร้อยละ 84 ของประชากรจะ
มีอาการปวดหลังอย่างน้อยครั้งหนึ่ง
ในช่วงชีวิต^{1,2} อาการปวดหลังส่วน
ใหญ่สามารถหายได้เอง โดยอาจใช้
การปฏิบัติตัวที่เหมาะสมร่วมกับ การ
ใช้ยาแก้ปวดร่วมด้วยในบางครั้ง

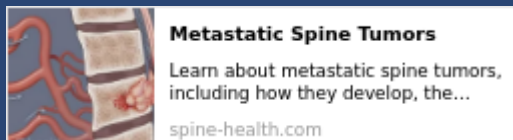
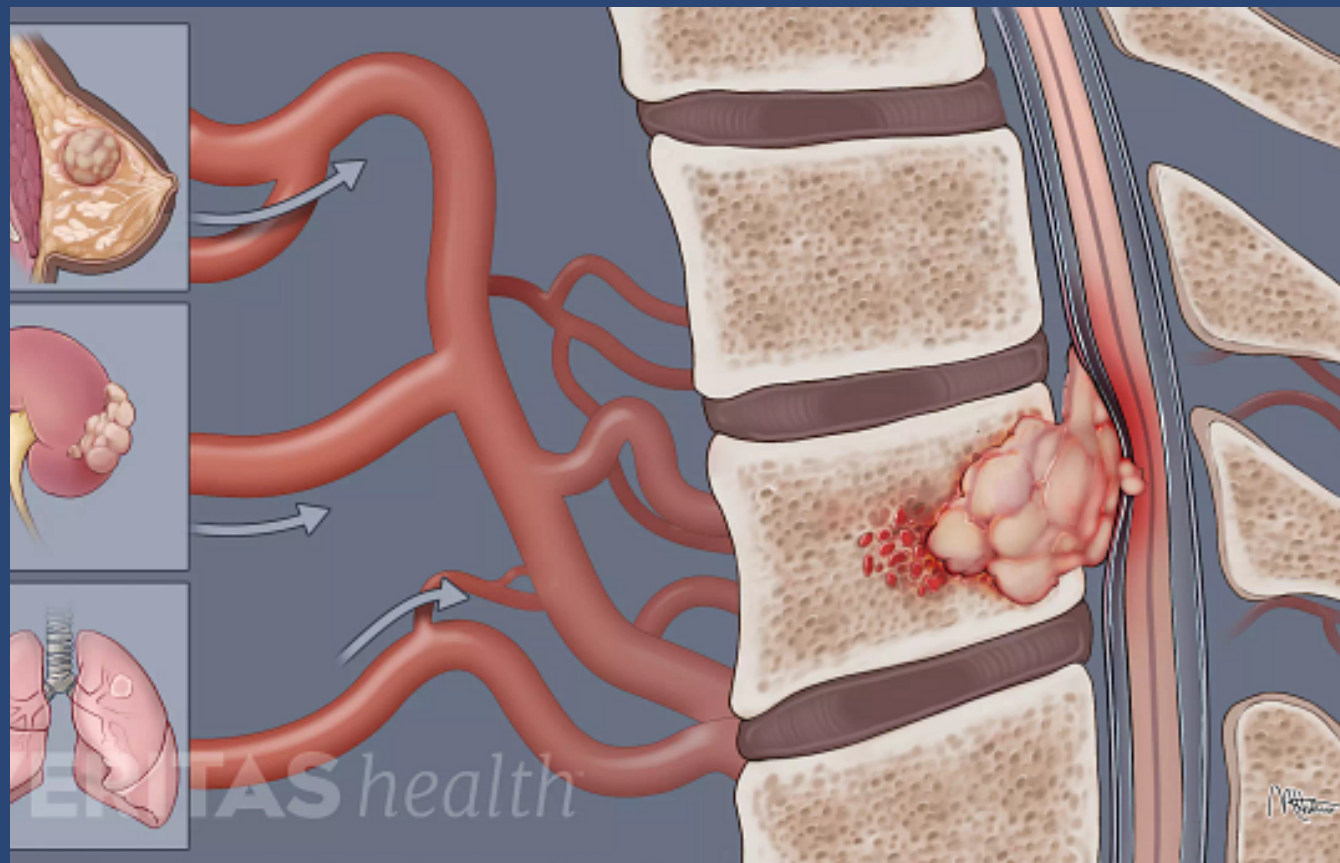
อย่างไรก็ตามการปวดหลังบาง
ประเภทเป็นการปวดหลังที่มีสาเหตุที่
ไม่อาจรักษาด้วยการรักษาตามปกติ
แต่จะต้องมีการตรวจเพิ่มเติมเพื่อ
สืบค้นหาสาเหตุที่แท้จริง รวมทั้งใน
กระบวนการรักษามักมีความจำเป็น
ต้องปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้าน
กระดูกสันหลัง และในทางรายอาจมี
ความจำเป็นต้องได้รับการผ่าตัด



อาการปวดหลังที่อาจถือว่าเป็นการปวด
หลังชนิดอันตรายแบบนี้ จะรู้จักกันใน
ทางการแพทย์ว่าอาการปวดหลังที่
มี”ธงแดง” (Red flag) 3-5 ซึ่งได้แก่

1. มีอาการควบคุมอุจจาระปัสสาวะผิดปกติ ได้แก่ ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะ
ลำบาก ปัสสาวะกระปริดกระปรอย
ปัสสาวะราด
มีปัสสาวะแต่ไม่รู้สึkpวดปัสสาวะ มี
ความผิดปกติในการควบคุมการขับถ่าย
อุจจาระ





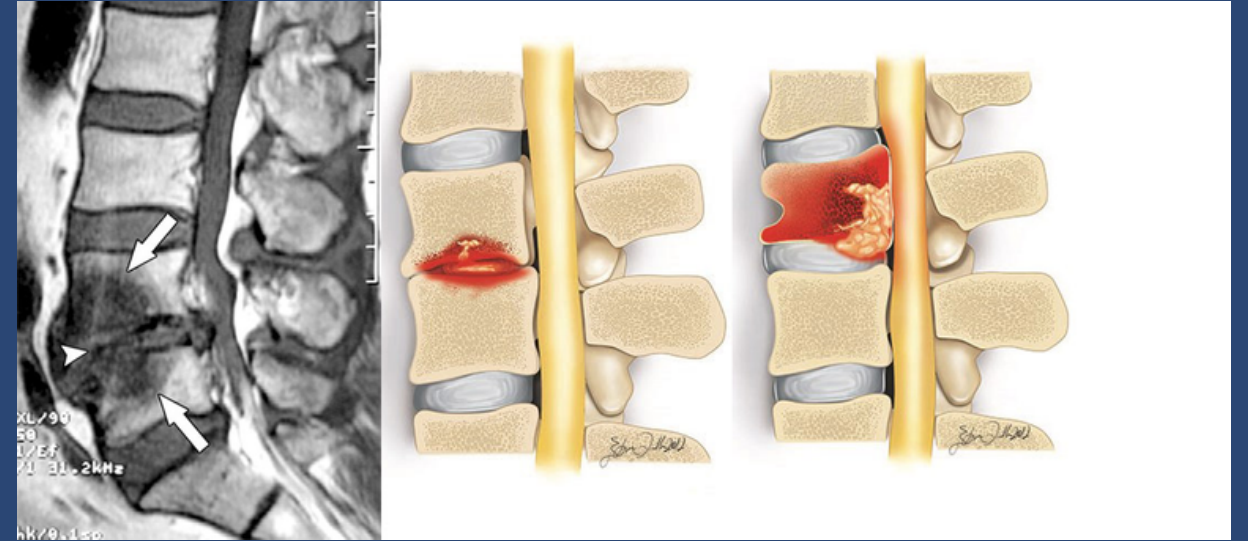
2.กลุ่มอาการปวดหลังที่อาจเกิดจากโรค
มะเร็งกระจายมายังกระดูกสันหลัง ได้แก่
อาการเบื่ออาหาร, น้ำหนักลด, อาการปวด
รุนแรง, เวลากลางคืน, อายุมากกว่า 50 ปี

3.กลุ่มอาการปวดหลังที่อาจเกิดจากโรค
ติดเชื้อ ได้แก่ ไข้, ปวดกลางคืน, เบื่อ
อาหาร/น้ำหนักลด, การอยู่ใกล้ชิดผู้ติดเชื้อ
วัณโรค, กลุ่มผู้ใช้ยาเสพติดชนิดฉีดเข้า
หลอดเลือดดำ, กลุ่มผู้ใช้ยาสเตียรอยด์มา
เป็นเวลานาน

4.กลุ่มอาการปวดหลังที่อาจเกิดจาก
โรคติดเชื้อ ได้แก่ อายุน้อยกว่า 20
ปี, อาการข้อติดยึดในเวลาเช้าหลัง
ตื่นนอน นาน มากกว่า 1 ชั่วโมง

5.กลุ่มอาการปวดหลังที่อาจเกิดจาก
อุบัติเหตุ

6.ผู้ที่มีอาการปวดหลังและได้รับการ
รักษาตามมาตรฐานแล้วยังมีอาการ
ปวดหลังมากอยู่นานเกิน 6 สัปดาห์



ผู้ที่มีอาการปวดหลังและมีอาการ
ดังกล่าวข้างต้นร่วมด้วยไม่ควร
รักษาตนเอง ควรไปพบแพทย์
หรือพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้าน
กระดูกสันหลัง

เพราะการรักษาด้วยตนเองด้วย
คิดว่าอาการจะดีขึ้นได้เหมือนการ
ปวดหลังธรรมดา นั้น อาจทำให้
การดำเนินโรครุนแรงมากขึ้น
การรักษายากขึ้น มีภาวะ
แทรกซ้อนจากโรคมากขึ้นได้



References

1. Deyo RA, Tsui-Wu YJ. Descriptive epidemiology of low-back pain and its related medical care in the United States. *Spine (Phila Pa 1976)*. 1987;12(3):264-268. doi:10.1097/00007632-198704000-00013
2. Cassidy JD, Carroll LJ, Côté P. The Saskatchewan health and back pain survey. The prevalence of low back pain and related disability in Saskatchewan adults. *Spine (Phila Pa 1976)*. 1998;23(17):1860-1866; discussion 1867. doi:10.1097/00007632-199809010-00012
3. Acute Low Back Pain: Recognizing the “Red Flags” in the Workup. *Consultant360*. Published June 25, 2013. Accessed July 13, 2023. <https://www.consultant360.com/article/acute-low-back-pain-recognizing-%25E2%2580%259Cred-flags%25E2%2580%259D-workup>
4. DePalma MG. Red flags of low back pain. *JAAPA*. 2020;33(8):8. doi:10.1097/01.JAA.0000684112.91641.4c
5. Samanta J, Kendall J, Samanta A. Chronic low back pain. *BMJ*. 2003;326(7388):535. doi:10.1136/bmj.326.7388.535