



# Osteochondritis Dissecans ออสติโอคอนไดรติส ดิสซีแคนส์

เป็นภาวะที่ส่วนหนึ่งของกระดูกอ่อนและกระดูก  
 ด้านล่างแยกออกจากพื้นผิวข้อต่อและอาจถึงกับ  
 แยกไม่ออก มักเกิดขึ้นที่สะโพกและข้อเข่า ตาม  
 ด้วยข้อเท้าและข้อศอก พบในคนหนุ่มสาว  
 (อายุ 10 ถึง 20) และวัยกลางคน (อายุ 30 ถึง  
 60) และเกิดผู้ชายมากกว่าผู้หญิง ออสติโอ  
 คอนไดรติส ดิสซีแคนส์ อาจทำให้เกิดเป็นๆหายๆและอาจไม่ต้องการรักษาแค่เพียงสังเกตดู  
 อาการ การวินิจฉัยและการรักษาตั้งแต่เนิ่น ๆ เป็นสิ่งสำคัญสำหรับสิ่งที่ดีที่สุดที่มีโอกาส  
 ในการฟื้นตัวและกลับสู่กิจกรรมตามปกติ ได้แก้กีฬา



## สาเหตุ

สาเหตุมักไม่ชัดเจน แต่โรคกระดูกพรุน ดู  
 เหมือนว่าจะเกี่ยวข้องกับการสูญเสีย  
 เลือดในกระดูกนี้ การสูญเสียทำให้  
 กระดูกส่วนเล็ก ๆ ตาย ส่วนที่ได้รับผลกระทบ กระดูกอาจยุบซึ่งทำให้มีรอยบากในพื้นผิวข้อ  
 ต่อ กระดูกอ่อนที่อยู่เหนือกระดูกที่ตายอาจเสียหายได้ กระดูกอาจแตกออกและลอยอยู่  
 รอบ ๆ ภายในข้อต่อ ความผิดปกติสามารถเกิดขึ้นได้ในคนที่ได้รับบาดเจ็บหรือหลังจาก  
 ได้รับบาดเจ็บซ้ำ ๆ ที่เดิม ๆ ปัจจัย ความเสี่ยงอื่น ๆ คือโรคโลหิตจางเซลล์เคียวและการฉาย  
 รังสี



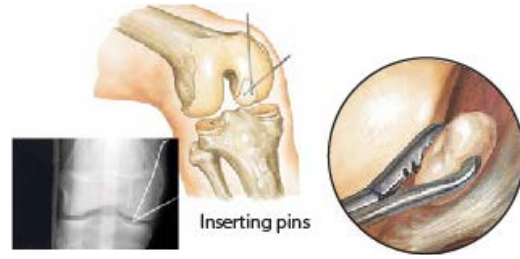
## อาการ

อาการปวดอาจเกิดขึ้นได้ แต่ไม่เสมอไป เมื่อความเจ็บปวด  
 คลุมเครือไม่รุนแรง เจ็บปวดเป็นๆหายๆ ทำให้วินิจฉัยยาก  
 อาการที่พบบ่อยในนักกีฬาที่มีความคล้ายคลึงกันที่มีปัญหา  
 โรคข้อเข่า หากส่วนหนึ่งของข้อต่อคลาย ข้อต่อที่ได้รับผลกระทบอาจล็อก บวมและเจ็บ  
 การเคลื่อนไหวลำบากอาจเป็นอาการที่สำคัญที่สุดที่ตรวจพบ และเข้าที่ได้รับผลกระทบไม่  
 สามารถรับน้ำหนักได้เต็มที่



## วินิจฉัย

การเอกซเรย์แสดงบริเวณข้อต่อที่มีสีเข้มกว่า หรือมากกว่ากระดูกที่อยู่รอบ ๆ บางครั้ง



จำเป็นต้องมี MRI เพื่อแสดงขอบเขตของรอยโรค อาการปวดสะโพก เข่า ข้อเท้า หรือ ข้อศอก อาจเกิดขึ้นได้กับหลายสาเหตุ การเอกซเรย์ของรอยโรคกระดูกพรุนไม่ได้อธิบายที่มาของความเจ็บปวดเสมอไป การทดสอบเพิ่มเติมคือมักจะทำเพื่อยืนยันการวินิจฉัยโรคกระดูกพรุนเช่น MRI และnuclear bone scans

## การรักษา

การพัก ตรีงไม่ให้เกิดเคลื่อนไหว และยาต้านการอักเสบให้ผลลัพธ์ที่ยอดเยี่ยม ไม่มีโปรแกรมควบคุมอาหารหรือออกกำลังกาย



เร่งความเร็ว การรักษา ไม่จำเป็นต้องทำผ่าตัดโดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับคนหนุ่มสาว การปกป้องข้อต่อด้วยการใส่เฟือกอ่อนหรือเหล็กดัดช่วยให้แผลหายได้ โดยไม่มีปัญหา หากความเจ็บปวดแย่งและคงที่หรือข้อล๊อค งอ หรือไม่ตรงการผ่าตัดศัลยกรรมส่องกล้องอาจทำได้

## ควรมอง

- ✓ พักผ่อนและขยับให้น้อยที่สุด
- ✓ กินยาตามแพทย์สั่ง
- ✓ พบแพทย์หากอาการปวดคงที่หรือเปลี่ยนแปลงกะทันหัน
- ✓ ควรพบแพทย์หากข้อต่อล๊อคและไม่งอ แพทย์อาจจัดการด้วยยาหรืออาจแนะนำการผ่าตัด
- ✗ ห้ามเข้าร่วมหรือแข่งขันในกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอาการของ dissecans osteochondritis คุณอาจเป็นอันตรายต่อข้อต่อที่ได้รับผลกระทบ

