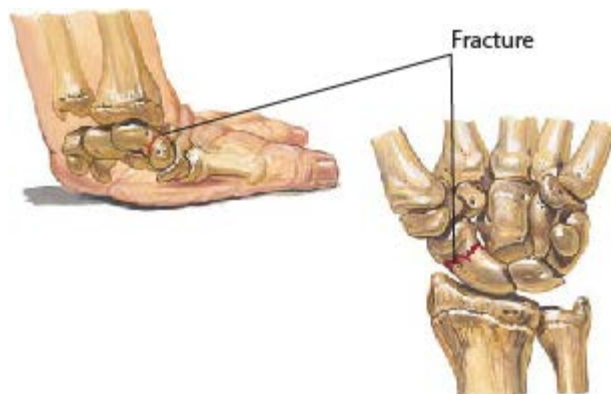




# Wrist Fractures กระดูกข้อมือหัก

บริเวณที่แขนก่อนล่างและมือเชื่อมต่อกัน เรียกว่าข้อมือ. การแตกหักคือการแตกหักของกระดูกในบริเวณนี้ เวลาในการรักษามีระยะเวลาตั้งแต่ 6 สัปดาห์สำหรับอาการที่ไม่รุนแรง จนถึง 24 สัปดาห์สำหรับการแตกหักที่รุนแรง การหยุดพักที่รุนแรงขึ้น อาจใช้เวลา 6 ถึง 12 เดือน ในการกู้คืนความคล่องตัวและความแข็งแรงปกติของข้อมือ



## สาเหตุ

การหกล้มมักทำให้กระดูกหัก คนมักจะใช้มือของพวกเขาที่ยืนพื้นขณะล้ม ผลกระทบเมื่อกระทบพื้นด้วยน้ำหนักของร่างกายในมือที่ยื่นออกมาอาจทำให้หักได้ มีหลายสิ่งที่ทำให้ข้อมือหักได้ ผู้สูงอายุคนเราอาจมีกระดูกเปราะบาง (โรคกระดูกพรุน) มากขึ้น มีแนวโน้มที่จะแตกหักแม้การตกกระแทกกระทาะระยะต่ำ เด็กสามารถข้อมือหักเพราะเล่นกีฬาบ่อยๆและกระดูกหัก เล่นกีฬาที่มีการสัมผัสกัน เช่น ฟุตบอลและซอคเกอร์ กิจกรรมอื่น ๆ เช่น เล่นสเก็ต สเก็ตบอร์ด และขี่จักรยานอาจทำให้กระดูกหักได้ การแตกหักอาจเป็นผลมาจากการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุทางรถยนต์



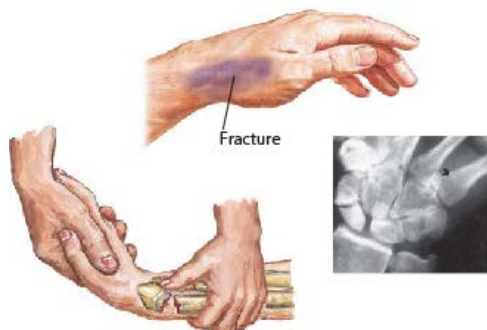
## อาการ

ข้อมือที่หักจะเจ็บปวด ฟกช้ำ และมีอาการเจ็บ ข้อมือบวมบ่งบอก ๆ และอาจอ่อนเป็นมุมแปลกๆ คนอาจจะมีปัญหาในการจับของลำบากและอาจมีอาการชาข้อมือและมือ



## วินิจฉัย

แพทย์จะสอบถามเกี่ยวกับการบาดเจ็บและจะตรวจดูข้อมือและอาจส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย หากเกิดอุบัติเหตุทางรถยนต์หรือการเกิดการทรุดตัวอย่าง



รุนแรง แพทย์จะสั่งเอ็กซเรย์เพื่อตรวจกระดูกหัก การถ่ายภาพด้วยคลื่นสนามแม่เหล็ก (MRI) อาจทำถ้ารังสีเอกซ์ มีผลเป็นลบและอาการปวดยังคงอยู่หรือมีรอยย่นหลังจาก การรักษาหลายวัน

### การรักษา

เฟือกหรือเฟือกใช้สำหรับการรักษา เฟือกแรกหรือเฟือกอาจ ปิดข้อศอกและนิ้ว เป็นการรักษากระดูกอีกอย่างหนึ่งว่า ช่วย ให้เคลื่อนไหวได้มากขึ้น เอ็กซเรย์รายสัปดาห์สำหรับ 2-3 สัปดาห์เพื่อดูว่ากระดูกจะสมานกันอย่างไร เฟือกอ่อนมัก จะสวมใส่เป็นเวลา 6 ถึง 8 สัปดาห์ สำหรับการแตกหักอย่างรุนแรง อาจจำเป็นต้องได้รับการผ่าตัด ศัลยแพทย์จะใส่หมุด สกรู และแผ่น โลหะที่ปลายแต่ละด้านของส่วนที่หักเพื่อยึดชิ้นส่วนเข้าด้วยกัน กรอบโลหะที่อยู่รอบร่างกาย บางครั้งใช้ร่างกายแทนภายใน แพทย์ อาจสั่งจ่ายยาแก้ปวดเป็นเวลาสองสามวันเพื่อควบคุมอาการ การฟื้นตัวจะขึ้นอยู่กับความ รุนแรงของการแตกหักและกระดูกส่วนไหนหัก สำหรับการหักเล็กน้อยผู้ป่วยจะฟื้น ตัวอย่างเต็มที่ การหยุดพักอย่างรุนแรงอาจหมายถึงความแข็งแรงและความคล่องตัวใน ข้อมือจะไม่กลับมา กายภาพบำบัดสามารถช่วยการเคลื่อนไหวในข้อมือ



### ควรไม่ควร

- ✓ สวมอุปกรณ์พยุงข้อมือขณะเล่นกีฬา
- ✓ พบแพทย์หากคุณสังเกตเห็นการสูญเสีย ความรู้สึกหรือสีของมือเปลี่ยน
- ✓ พบแพทย์หากคุณมีไข้หรือปวดเมื่อยหรือแสบ
- ✗ อย่าละเลยการพบแพทย์ เพื่อให้แพทย์สามารถเฝ้าดูความคืบหน้าของคุณได้

