



คือเป็น ถุงที่เต็มไปด้วยของเหลวที่ด้านหลังด้านในของเข่า Bursa เป็นถุงที่ทำหน้าที่ดูดซับระหว่างกล้ามเนื้อและกระดูก หรือ กล้ามเนื้อและเส้นเอ็นเนื้อเยื่อที่เชื่อมกล้ามเนื้อกับกระดูก ในถุงน้ำ หลังหัวเข่า จะบวมขึ้นซึ่งแยกเอ็นกล้ามเนื้อเอ็นร้อยหวายออก ซึ่ง สามารถเกิดขึ้นได้ทุกเพศทุกวัยและรักษาให้หายขาดได้ แต่อาจทำให้ปวดและจำกัดการเคลื่อนไหว



สาเหตุ

ในเด็ก การบาดเจ็บหรือการระคายเคืองที่หัวเข่ามักทำให้เกิดถุงน้ำนี้ ในผู้ใหญ่จะสัมพันธ์กับโรคเกาต์ โรคเก๊าท์เทียมกระดูกหัก โรคข้อเข่าเสื่อม ข้ออักเสบรูมาตอยด์ กระดูกอ่อนข้อเข่าฉีกขาด และ การติดเชื้ที่หัวเข่า ไม่สามารถติดต่อสู่บุคคลอื่นได้

อาการ

อาการที่พบบ่อยที่สุดคือขาและเข่าบวมและปวดในช่องว่างหลังเข่า (popliteal space) บางครั้งหัวเข่ารู้สึกเหมือนมีก้อน ซึ่งจำกัดการงอเข่าหรือยืดเข่า



วินิจฉัย

แพทย์วินิจฉัยโดยตรวจดูอาการ เอกซเรย์เข่า และอัลตราซาวด์สแกน บางครั้งแพทย์จะต้องการการถ่ายภาพด้วยคลื่นสนามแม่เหล็ก (MRI) การตรวจเลือด และการศึกษาอื่น ๆ เพื่อแยกแยะสาเหตุอื่น ๆ ของอาการปวดเข่า (เช่น โรคเกาต์ การติดเชื้อ หรือลิ่มเลือดในเส้นเลือดที่ขา เรียกว่า เส้นเลือดอุดตัน



การรักษา

การรักษามุ่งไปที่สาเหตุ ปวดและบวม รักษาได้โดยพักพุ่มและหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ตีงเครียด และบางครั้งก็สวมเครื่องช่วยพยุงเข้าเพื่อป้องกันการลุค



หรือยึดเข้า แพทย์มักจะมีสิ่งจ่ายยาต้านการอักเสบ (เช่น ibuprofen, naproxen) เพื่อบรรเทาอาการบวมและปวด หากยาไม่ช่วยอาการ แพทย์อาจแนะนำให้ไปพบแพทย์โรคข้อ โรคข้อ หรือแพทย์เฉพาะทางกระดูก เพื่อขจัดน้ำจากข้อเข้าหรือฉีดคอร์ติโคสเตียรอยด์ (cortisone) เข้าไปในถุงน้ำหรือข้อเข้าเพื่อลดการอักเสบและระดับน้ำในข้อ หากการรักษาเหล่านี้ไม่ได้ผล ให้ผ่าตัดเพื่อเอาถุงน้ำออก โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีกระดูกอ่อนข้อเข้าฉีกขาดหรือข้อเข้าอักเสบ

ควรมอง

- ✓ กินยาตามที่แพทย์สั่ง
- ✓ ควรทราบว่าบางครั้งถุงน้ำนี้อาจมีขนาดเล็กจนโดยไม่ต้องรักษา
- ✓ ควรทราบว่าถุงน้ำหลังหัวเข่าเกิดอาการแทรกซ้อนได้ เช่น เส้นประสาทถูกกดทับ ถุงน้ำแตก และเกิดลิ่มเลือดหลุดลือดดำอุดตัน
- ✓ พบแพทย์หากคุณมีอาการเจ็บเข่า ขาบวม หรือหายใจถี่.
- ✓ พบแพทย์หากคุณมีแผลข้างเคียงจากยา.
- ✓ รักษาน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อป้องกันโรคข้ออักเสบหรืออาการบาดเจ็บที่เข่า



- ✗ อย่าพลาดนัดติดตามผลกับแพทย์ของคุณ
- ✗ อย่าละเลยอาการปวดเข่าและขาบวม อาจนำไปสู่ภาวะร้ายแรงหรือภาวะแทรกซ้อน