



สะโพกเป็นข้อต่อแบบลูกและซ็อกเก็ตที่กระดูกเชิงกรานและขา(โคนขา) เจอกัน. เส้นเอ็นเป็นเนื้อเยื่อเส้นใยที่เชื่อมต่อก้ามเนื้อ ถึงกระดูก เอ็นยึดกระดูก (หรือกระดูกอ่อน) เข้าด้วยกัน ปวดสะโพก หมายถึง ความเจ็บปวดที่กระทบกับบริเวณนี้ทั้งหมด



สาเหตุ

หลายสาเหตุรวมถึงการบาดเจ็บ กระดูกหัก เนื้องอก หรือโรค เช่น osteoarthritis, rheumatoid arthritis, or ankylosing spondylitisที่ส่งผลต่อข้อสะโพก การอักเสบเป็นอีกสาเหตุหนึ่ง มันสามารถส่งผลกระทบต่อเส้นเอ็น (เส้นเอ็นอักเสบ) และถุงน้ำ (เบอร์ซา) บาง ๆ ที่ปกป้องข้อต่อ (เบอร์ซาอักเสบ) ปัญหาในข้อต่อ sacroiliac หรือหลังส่วนล่างอาจทำให้เกิดอาการปวดสะโพกได้



อาการ

อาการขึ้นอยู่กับสาเหตุ โรคข้อเข่าเสื่อมอาจทำให้ไม่รุนแรง ปวดเฉพาะมีกิจกรรม การบาดเจ็บอย่างกะทันหัน กระดูกหัก และเนื้องอก อาจทำให้ปวดเมื่อยอย่างรุนแรงเมื่อพยายามเดิน ทำให้สะโพกผิดรูปและทำให้เกิดรอยฟกช้ำ บริเวณสะโพกข้อต่อ sacroiliac หรือหลังส่วนล่างอาจทำให้เกิดอาการปวดสะโพกได้



วินิจฉัย

แพทย์จะทำการวินิจฉัยโดยการซักประวัติทางการแพทย์และทำการตรวจร่างกาย ถ่ายเอกซเรย์บริเวณข้อต่อเสร็จแล้ว. แพทย์อาจสั่งการตรวจเลือดเพื่อดูว่า อาการปวดข้อเกิดจากโรคที่มีอาการคล้ายคลึงกัน การถ่ายภาพMRI อาจทำได้หากแพทย์ต้องการภาพที่ชัดเจนของกระดูกและโครงสร้างรอบ ๆ ตัว



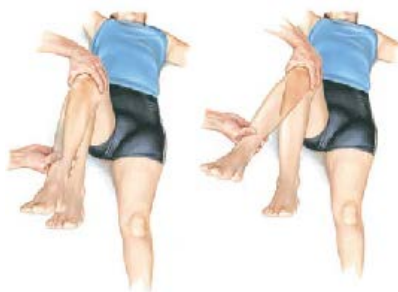
การรักษา

การรักษาขึ้นอยู่กับสาเหตุ หากสาเหตุมาจากโรคข้อเข่าเสื่อม แพทย์อาจสั่งยา acetaminophen หรือยาต้านการอักเสบ (NSAID) หากสาเหตุคือเบอริซาอักเสบหรือเอ็นอักเสบ แพทย์อาจสั่งยาในกลุ่ม NSAID แนะนำให้ทำกายภาพบำบัดหรือทำทั้สองอย่าง กายภาพบำบัดมักจะประกอบด้วยการใช้ความร้อนลึกลับ อัลตราซาวนด์ หรือทั้สองอย่าง สำหรับเบอริซาอักเสบขั้นรุนแรง แพทย์อาจฉีดยาที่มีส่วนผสมของสเตียรอยด์ (ยาป้องกันการอักเสบที่รุนแรง) เข้าไปในเบอริซา สาเหตุที่ร้ายแรงกว่านั้นของอาการปวดสะโพก เช่น กระดูกหักหรือโรคข้อเสื่อมรุนแรงอาจต้องผ่าตัด



ควรมอง

- ✓ ใช้ยาของคุณตามที่กำหนด
- ✓ พบแพทย์หากคุณมีผลข้างเคียงจากการใช้ยา
- ✓ ถามแพทย์ของคุณว่ายาแก้ปวดใดที่ใช้ร่วมกับยาที่ต้องสั่งโดยแพทย์
- ✓ ออกกำลังกายตามที่กำหนดทุกวัน
- ✓ พบแพทย์ถ้ามีอาการและการรักษาอื่น ๆ ไม่ช่วยให้ความเจ็บปวด
- ✓ พบแพทย์หากคุณต้องการการออกกำลังกายบำบัดเพื่อการออกกำลังกาย



- ✗ อย่ารอให้ผลข้างเคียงของยาหายไปเอง
- ✗ อย่าออกกำลังกายที่ทำให้เกิดอาการปวด ถ้าปวดหลัง ออกกำลังกายหมายความว่าต้องเปลี่ยนการออกกำลังกาย
- ✗ อย่าไขว้ขา ทำนี้ทำให้อาการปวดสะโพกแย่ลง