

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

โรคส้นเท้าอักเสบ (Plantar fasciitis) เป็นโรคที่พบได้บ่อยในเวชปฏิบัติทางออร์โธปิดิกส์⁽¹⁻³⁾ ปัจจุบันยังไม่ทราบถึงสาเหตุของการเกิดโรคที่แน่ชัด^(3,4) แต่มีการตั้งสมมุติฐานถึงสาเหตุของโรคว่า เกิดจากการใช้งานที่ต้องลงน้ำหนักบนเท้ามากเกินไป ภาวะอ้วน การกระดกของข้อเท้าที่น้อยกว่าปกติ ภาวะดังกล่าวทำให้ผู้ป่วยเกิดโรคนี้ได้เพิ่มขึ้น^(2,5)

ปัจจุบันสามารถแบ่งวิธีการรักษาออกเป็นสองกลุ่มใหญ่ คือ การรักษาแบบอนุรักษ์ และการรักษาด้วยวิธีการผ่าตัด ซึ่งการรักษาแบบอนุรักษ์ถือเป็นการรักษามาตรฐาน ส่วนการรักษาโดยการผ่าตัดมักใช้ในกรณีที่การรักษาแบบอนุรักษ์ไม่สำเร็จ⁽⁶⁾

การรักษาแบบอนุรักษ์มีวิธีการรักษาหลายวิธี ได้แก่ การใส่ยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ การยืดเอ็นฝ่าเท้า ฉีดสเตียรอยด์ ใส่เฝือกตอนกลางคืน แผ่นรองส้นเท้า อัลตราซาวนด์ การรักษาด้วยการใช้คลื่นช็อคเวฟ (ESWT : Extracoporial Shock Wave Therapy)^(1,3,4,7) ซึ่งในแต่ละวิธีให้ผลการรักษาที่แตกต่างกันในแต่ละการศึกษา และไม่มีผลงานวิจัยที่สนับสนุนที่หนักแน่นเพียงพอในขณะนี้⁽³⁾ จึงแนะนำให้เริ่มรักษาด้วยวิธีการที่ ประหยัด และผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการรักษาก่อน เช่น การยืดเอ็นฝ่าเท้า วัสดุเสริมรองเท้าที่ขายในท้องตลาด การให้ความรู้ส่งเสริมสุขภาพ⁽⁷⁾

อุปกรณ์หนุนเท้า เป็นอุปกรณ์ที่ได้รับความนิยม และหาซื้อได้ง่ายในท้องตลาด และให้ผลการรักษาดี⁽⁸⁾ โดยส่วนใหญ่จะทำมาจากวัสดุที่มีความนุ่ม ทำหน้าที่เป็นหมอนรองรับแรงกระแทก ซึ่งสามารถลดแรงกระแทกขณะเดินลงน้ำหนักได้ถึง 42%^(4,9,10) ได้แก่ ซิลิโคน โฟม urethane ซึ่งมีราคาค่อนข้างสูง

ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด คณะแพทยศาสตร์ ร่วมกับภาควิชาวิศวกรรมเครื่องกล คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้ออกแบบและประดิษฐ์อุปกรณ์หนุนเท้า PSU heel cushion โดยผลิตจากยางพารา ซึ่งมีคุณสมบัติความยืดหยุ่นคงทน ใกล้เคียงกับซิลิโคน จึงนำมาซึ่งการศึกษาประสิทธิผลการรักษาโรคส้นเท้าอักเสบด้วยอุปกรณ์หนุนเท้า PSU heel cushion

จุดประสงค์

เพื่อเปรียบเทียบประสิทธิผลการรักษาโรคส้นเท้าอักเสบ โดยการใส่อุปกรณ์หนุนเท้า PSU heel cushion ร่วมกับการยืดเอ็นฝ่าเท้า และการทานยาลดอาการปวดส้นเท้า กับการรักษาโดยการยืดเอ็นฝ่าเท้าและการทานยาลดอาการปวดส้นเท้า

ประชากรที่ศึกษา

ผู้ป่วยมีปัญหาปวดส้นเท้าเรื้อรังที่เข้ารับบริการตรวจรักษาที่คลินิกกระดูกและข้อ ของโรงพยาบาลสงขลานครินทร์

วัตถุประสงค์และวิธีการ

เกณฑ์คัดเลือกผู้ป่วยมาศึกษา (Inclusion criteria)

- ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคส้นเท้าอักเสบ อายุระหว่าง 15 – 60 ปี ที่ได้รับการตรวจที่คลินิกกระดูกและข้อ โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ ระหว่างปี พ.ศ. 2552 – พ.ศ.2554 ซึ่งการวินิจฉัยโดยอาจารย์แพทย์ และแพทย์ประจำบ้าน สาขาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์

- การวินิจฉัยโรคส้นเท้าอักเสบอาศัยข้อมูลจากประวัติและการตรวจร่างกาย ซึ่งผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้^(3,4,11,12)

- อาการปวดและกดเจ็บบริเวณปุ่มกระดูกด้านในของกระดูกแคลคานีอัส (medial tubercle of calcaneus)

- อาการปวดเริ่มเป็นในช่วงแรกของการเดินลงน้ำหนัก หลังจากช่วงเวลาที่ไม่ได้เดินลงน้ำหนัก ซึ่งมักจะพบอาการนี้ได้ จากการเริ่มก้าวเท้าในตอนเช้า

- อาการปวดจะลดลงหลังจากเดินระยะเวลาหนึ่ง และจะมีอาการปวดมากขึ้นอีกเมื่อใช้งานเป็นระยะเวลานาน

- ผู้ป่วยที่ใส่รองเท้ารัดส้น และสามารถใส่แผ่นรองส้นเท้าได้

- ผู้ป่วยที่สามารถสื่อสาร และตอบแบบสอบถามได้

เกณฑ์คัดผู้ป่วยออกจากการศึกษา (Exclusion criteria)

- ผู้ป่วยที่มีประวัติแพ้ยากลุ่มยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs) หรือ แพ้ยาพารา หรือ ซิลิโคน

- ผู้ป่วยตั้งครรภ์

- ผู้ป่วยที่มีประวัติได้รับผ่าตัดบริเวณข้อเท้า ส้นเท้า ฝ่าเท้ามาก่อน