

ปวดกล้ามเนื้อ

Myalgia

ปวดกล้ามเนื้อ (myalgia, ICD-10 code M79.1) เป็นอาการนำที่ทำให้ผู้ป่วยส่วนหนึ่งมาพบแพทย์ ซึ่งอาการปวดกล้ามเนื้ออาจร่วมกับอาการกล้ามเนื้อล้า (muscle fatigue), กล้ามเนื้อเกร็ง (cramp and spasm, R25.2), กล้ามเนื้ออ่อนแรง (muscle weakness) บ่อยครั้งที่แพทย์ให้การวินิจฉัยโรคหรือวินิจฉัยแยกโรค เช่น muscle strain (M62.6), myofascial pain syndrome (M79.1), fibromyalgia (M79.0) เป็นต้น หากมีอาการเจ็บใกล้บริเวณเอ็นกล้ามเนื้อ (tendon) มักนึกถึงเอ็นกล้ามเนื้ออักเสบ (tendinitis) ซึ่งมักเกิดจากการใช้งานซ้ำ ๆ เช่น rotator cuff syndrome (tear or rupture, not traumatic; M75.1) หรือกล้ามเนื้ออักเสบบริเวณที่เกาะต้น (origin) หรือเกาะปลาย (insertion) ใกล้ปุ่มกระดูก ซึ่งอยู่ในกลุ่ม enthesopathy เช่น medial epicondylitis (M77.0), lateral epicondylitis (M77.1), Achilles tendinitis (M76.6) ทั้งนี้ อาการปวด เช่น acute back (R52.0), chronic pain (R52.2) นั้น ไม่ถือเป็นการวินิจฉัย หากแพทย์ต้องการให้อาการปวดเป็นการวินิจฉัยโรค ควรระบุตำแหน่งที่ปวดให้ชัดเจน เช่น back pain (M54.9), pain in lumbar region (M54.5) เป็นต้น อนึ่ง การระบุรหัสโรคตามมาตรฐาน ICD-10 สำหรับกลุ่มความผิดปกติที่กล้ามเนื้อกระดูกและข้อ แพทย์ควรระบุเลขในตำแหน่งทศนิยม

ที่สอง ตามตำแหน่งที่เกิดปกติ ได้แก่ 0 หมายถึง multiple sites, 1 shoulder region, 2 upper arm, 3 forearm, 4 hand, 5 pelvic region and thigh, 6 lower leg, 7 ankle and foot, 8 other และ 9 site unspecified

ส่วนการบำบัดรักษาอาการปวดกล้ามเนื้อนั้นมียาหลายวิธี หนึ่งคือกลุ่มอาการปวดกล้ามเนื้อพังผืด (myofascial pain syndrome) นั้น ในเวชปฏิบัติแพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูมักใช้การลงเข็ม (dry needling) หรือฉีดยาชาเข้ากล้ามเนื้อบริเวณจุดกดเจ็บที่ทำให้เกิดอาการปวดร้าว (trigger point injection with xylocaine) ตำแหน่งที่พบอาการบ่อยคือบริเวณกล้ามเนื้อบ่า (trapezius) ซึ่งแพทย์ต้องระมัดระวังเมื่อลงเข็มหรือฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อ หากไม่ระวังอาจทำให้ปลายเข็มทะลุเข้าปอด ดังนั้น แพทย์ต้องตระหนักถึงการจัดทำผู้ป่วยและความลึกในการลงเข็ม

เวชศาสตร์ฟื้นฟูสามารถบับมีนิพนธ์ต้นฉบับที่เป็นการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความผิดปกติกล้ามเนื้อและการบำบัดรักษาทางเวชศาสตร์ฟื้นฟู ซึ่งแพทย์และผู้สนใจสามารถอ่าน ทำความเข้าใจ และนำไปประยุกต์ใช้ได้ ในเวชปฏิบัติซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วย

รศ.พญ.อภิชนา โฉมวิเศษ
บรรณาธิการ