

# บทความวิชาการ

## การจัดการกลุ่มอาการผิดปกติกล้ามเนื้อและโครงกระดูก ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล

วรรณภา สอนองเดช\*

### บทคัดย่อ

ผู้ป่วยที่มีอาการผิดปกติของกล้ามเนื้อและโครงกระดูก (Musculoskeletal Disorders : MSDs) มาใช้บริการการรักษาเป็นอันดับห้าของผู้ป่วยผู้มารับการรักษาขั้นต้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล (รพ.สต.) การให้การรักษาแก่ผู้ป่วยกลุ่มอาการ MSDs ที่เข้ามารับบริการที่ รพ.สต. ที่ผ่านมายังไม่มีหลักฐานเชิงประจักษ์หรือแนวทางการรักษาสันนิษฐานว่าพยาบาล รพ.สต. มีการปฏิบัติในการประเมินและให้การรักษาผู้ป่วยที่มีประสิทธิภาพถูกต้องเหมาะสมหรือไม่ บทความนี้นำเสนอแนวทางในการจัดการผู้ป่วยกลุ่มอาการ MSDs เพื่อใช้เป็นแนวทางขั้นต้นในการพิจารณาและตัดสินใจให้การดูแลรักษาโรคเบื้องต้นสำหรับผู้ป่วย MSDs ผู้เข้ามารับบริการที่ รพ.สต. ขั้นตอนประกอบด้วย การประเมินอาการผิดปกติ ซึ่งสามารถประเมินทางด้านร่างกายและภาวะจิตใจ จากการซักประวัติ ตรวจร่างกาย และการตรวจเพิ่มเติม เช่น Nordic questionnaire ประเมินการปวดโดยการใช่ pain score เมื่อการประเมินอาการผิดปกติสามารถแบ่งผู้ป่วยเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับ 1. กลุ่มผู้ป่วยอยู่ในภาวะที่ฉุกเฉินหรืออันตรายต้องส่งต่ออย่างรวดเร็ว โดยด่วน ระดับ 2. กลุ่มผู้ป่วยที่ต้องการวินิจฉัยและการรักษาเพิ่มเติมที่ซับซ้อน ระดับ 1-2 ต้องการการส่งต่อการรักษาไปยังระดับทุติยภูมิ ส่วนระดับ 3 กลุ่มผู้ป่วยที่สามารถรักษาขั้นต้นได้ที่ รพ.สต. ขั้นตอนการรักษา โดยแบ่งเป็นกลุ่มผู้ป่วยที่พบบ่อย ได้แก่ 1) ปวด บ่า ไหล่ คอ 2) ปวดกล้ามเนื้อหลัง 3) ปวดข้อมือ ข้อนิ้ว 4) ปวดข้อเข่า โดยแนวทางการรักษา 2 วิธี 1. การให้คำแนะนำลดปัจจัยเสี่ยงและ 2. ให้บรรเทาอาการปวดโดยใช้ยาตามกรอบยาใน รพ.สต. และตามกรอบของกฎหมายวิชาชีพพยาบาล เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการจัดการการดูแลผู้ป่วยกลุ่มอาการ MSDs สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล ซึ่งจะช่วยให้พยาบาลสามารถดูแลผู้ป่วยกลุ่มอาการ MSDs ที่มารับบริการได้ถูกต้องและเหมาะสมกับอาการของผู้ป่วยได้มากขึ้น

**คำสำคัญ:** อาการผิดปกติกล้ามเนื้อและโครงกระดูก/ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล

\*อาจารย์สาขาสุขภาพชุมชน โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

# Management of Musculoskeletal Disorders (MSDs) In Thai Sub-district Health Promoting Hospitals

Wanna Sanongdej\*

## ABSTRACT

---

Patients with musculoskeletal disorders (MSDs) account for one-fifth of the treatment services received at sub-district health promoting hospitals (HPHs). Accurate and effective treatment and services for patients with MSDs are important. This article provides management guidance for initial decision-making for nurses in caring for MSDs patients at HPHs. The guidance is derived from health assessments based on physical and psychosocial examinations with additional testing using the Nordic questionnaire and pain score scales. In the present study, MSDs were assessed based on symptoms, and patients were categorized into the following three levels: Level 1 - a need for urgent referral to a secondary hospital in cases involving emergency or dangerous conditions, Level 2 - a need for referral to a secondary hospital in cases requiring complex diagnostics, and Level 3 - the ability to provide initial treatment in a HPH. Primary care for MSDs can be provided by categorizing patients into the following four frequently encountered pain groups: 1) shoulder pain; 2) muscular back pain; 3) joint pain in the wrists and fingers, and 4) joint pain in the knees. The primary health care for MSDs in HPHs is managed by advising a reduction in risk factors and relieving pain by drug-based regimens in HPHs based on the framework of Thai professional nursing law. Adequate management of care will provide quality services that are more accurate and appropriate for patients with MSDs.

**Keywords:** musculoskeletal disorders/ sub-district health promoting hospitals

---

\*Lecturer of Community Health Care Nursing, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University