

ควรเริ่มกินอย่างน้อย 7 วันก่อนวันมีประจำเดือน
กินวันละ 2—3 เม็ด ทุกวันจนกว่าจะต้องการให้มี
ประจำเดือนก็หยุด ข้อเสียคือราคาค่อนข้างแพง

3. ยาฉีดที่มีส่วนผสมของ estrogen กับ
progesterone วิธีนี้นอกจากจะเจ็บตัวและราคา
แพงแล้วบางครั้งยังบอกวันที่แน่นอนไม่ได้ว่าประจำ
เดือนจะมาเมื่อไร หรืออาจจะต้องฉีดซ้ำอีกก็ได้

ตามปกติประจำเดือนจะมาประมาณ 3—5 วัน
หลังกินยาครั้งสุดท้าย การแนะนำคนไข้ควรจะเป็น
ไปตามแนวโน้ม

น.พ. สุภวัจน์ ชุตินวงศ์
แผนกสูติ-นรีเวชวิทยา
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

ถาม

ผู้ป่วยชายไทยอายุ 82 ปี มีอัมพาตครึ่งตัว
ซีกซ้าย มา 4 เดือน ขณะนี้แขนซ้ายและขาซ้าย
เคลื่อนไหวไม่ได้เลย ความดันปกติ คนไข้สามารถ
พูดและกลืนอาหารได้ บัสสาวะ อุจจาระปกติ พอ
จับให้นั่งได้ ความรู้สึกนึกคิดดี ญาติคอยถามอยู่
เสมอว่าคนไข้จะยืนหรือเดินได้หรือไม่ ทางกาย
ภาพบำบัดมีวิธีสอนให้คนไข้เดินได้ไหม ผู้ป่วย
อยู่ต่างจังหวัดจะมีวิธีช่วยคนไข้ได้อย่างไร

ตอบ

ปัญหาที่ถามมารวบรวมได้เป็น 2 ข้อใหญ่
คือ คนไข้จะยืนเดินได้ไหม และจะช่วยคนไข้
ด้วยวิธีใด ขอตอบดังนี้

1. คนไข้รายนี้อายุ 82 ปีแล้ว ไม่ทราบว่า

ยังแข็งแรงสักแค่ไหน ถ้ายังพอแข็งแรงอยู่ก็คิดว่า
ไม่มีปัญหา จะต้องยืนเดินได้แน่ ถ้าได้รับกาย
ภาพบำบัด

2. อัมพาตครึ่งตัวที่เป็นมา 4 เดือนแล้ว
นอนอยู่เฉยๆ ไม่ทราบว่ามี contracture และ
disuse atrophy มากน้อยเท่าใด โดยเฉพาะข้าง
ที่ยังปกติ ถ้าสะโพกและเข่ามี contracture มาก
จนแก้ไขไม่ได้ก็จะเดินไม่ได้

3. การพยากรณ์อนาคตของอัมพาตครึ่งซีก
ถ้า 4 เดือนแล้วไม่ทุเลาขึ้นเลยจะไม่ค่อยดี โอกาส
ที่จะเดินได้มีน้อยลง

4. การที่คนไข้อยู่ต่างจังหวัด ถ้าที่จังหวัด
นั้นไม่มีหน่วยกายภาพบำบัด ก็จำเป็นต้องส่งคน
ไข้มากรุงเทพฯ และเมื่ออาการดีขึ้นมาบ้างจนกลับ
ไปทำกายภาพบำบัดที่บ้านได้ ค่อยจัดหาเครื่องมือ
ไปทำต่อเอาเองภายหลัง

น.พ. เสก อักษรานุเคราะห์
แผนกกายภาพบำบัด
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

ถาม

คนไข้มาหาเรื่องหูอื้อ ตรวจพบมีชั้นหูอุดตัน
อยู่ค่อนข้างลึกลงไป มีวิธีเอาออกโดยไม่ต้องปรึกษา
แพทย์เฉพาะทางหรือไม่ ควรจะปฏิบัติอย่างไร

ตอบ

ก่อนอื่นขอเล่าทบทวนความรู้พื้นฐานเรื่อง
“ชั้นหู” เสียก่อน “ชั้นหู” คือส่วนผสมของสิ่งที่ขับ

ออกมาจากต่อมขี้หู (Ceruminous gland) และต่อมเหงื่อ (Sebaceous gland) จะอยู่ในรูหูส่วนนอกที่ตัน ๆ เท่านั้น ลึกลงไปส่วนที่เป็นกระดูกของรูหูจะไม่มีต่อมขี้หู ตามปกติจะไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนอะไรเลย แต่กลับเป็นกลไกป้องกันที่สำคัญยิ่ง โดยปกติขี้หูจะช่วยให้เยื่อหูที่ลอกออกมาเรื่อย ๆ เคลื่อนตัวจากส่วนลึก ๆ ของรูหูออกมาภายนอก และช่วยป้องกันเชื้อราซึ่งทำให้เกิดอาการคันได้เป็นอย่างดี ดังนั้นเมื่อไม่มีมากจนถึงกับอุดตันทันก็ไม่ควรไปรบกวน

สำหรับคนไทยเมื่อขึ้นชื่อว่าเป็น “ขี้” แล้วก็ต้องถือว่าเป็นปฏิภูลที่ต้องชำระล้างกัน ช่างตัดผมเมืองไทยจึงมีอาชีพพิเศษขึ้นคือ แคะหู นอกจากนั้นชาวบ้านยังหาซื้ออุปกรณ์แคะหูได้ต่าง ๆ นานา มีขายกันเกลื่อน หรือไม่ก็ใช้กับไม้ขีดไฟ ฤกษ์แจ ฯลฯ แคะกันแคะอยู่ทุกวัน ดังนั้นคนไข้ที่มาหาแพทย์ด้วยเรื่อง “ขี้หู” มักจะผ่านมือมาแล้วสองมือ คือ มือคนไข้เอง และ มือช่างตัดผม แล้วขี้หูอยู่จึงได้มาหาแพทย์ เมื่อระยะนี้แพทย์มักจะพบว่า “ขี้หู” แหนที่จะอยู่ในส่วนนอกที่ตัน ๆ กลับอุดตันทันลึกแน่นอยู่ข้างในและมักจะอยู่ติดกับแก้วหูจึงได้ทำให้หูอื้อ

แพทย์ทั่วไปก็ทำได้แม้ไม่มีเครื่องมือเล็กๆ ที่จะคีบหรือค้อย ๆ แคะออกมา วิธีที่ดีที่สุดสำหรับ “ขี้หู” ที่อัดแน่นหนักคือ การชะล้างด้วยน้ำ เป็นวิธีที่กระทบกระเทือน หรืออันตรายน้อยที่สุด แม้เด็กค้อย ๆ และตันทันก็ทำได้

วิธีปฏิบัติเป็นขั้น ๆ ดังนี้

- ทำเมื่อไม่มีประวัติหูหนวก ตึง หรือหูมีน้ำหนวกมาก่อน (หมายถึงว่าคงจะไม่มีแก้วหูทะลุ)
- คนไข้นั่ง มีขามรูปโตรองรับหน้าไว้ที่คอได้หู
- ใช้หลอดฉีด ทำด้วยโลหะพิเศษสำหรับล้างหู (ear irrigated syringe) หรืออาจจะใช้หลอดฉีดยาขนาดธรรมดาไม่ได้ เข็มก็ได้
- ใส่ยาธรรมดาก็ได้
- ขอให้ใกล้ปากรูหูให้มากที่สุดและตรงเข้าไปในรูหูเท่าที่จะทำได้
- ฉีดเข้าไปอย่างแรงที่สุด ไม่ต้องกลัวแก้วหูแตก เพราะว่าจะไม่เกิดขึ้นถ้ามีทางให้น้ำที่ฉีดเข้าไปไหลบ่าออกได้

หมายเหตุ

วัตถุแปลกปลอมต่าง ๆ ที่เด็กชอบใส่เข้าไปในรูหูส่วนใหญ่ จะออกมาได้โดยง่ายเสมอด้วยวิธีชะล้างนี้แม้เด็กจะตันทันก็ไม่มีอันตราย

น.พ. ศัลยแพทย์ เฉลิมชุก

แผนกหู คอ จมูก
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

ถาม

ผู้ป่วยหญิงไทยอายุ 25 ปี มีก้อนเนื้อเดี่ยวที่ต่อมไทรอยด์ (solitary thyroid nodule) ขนาด