



โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
สภากาชาดไทย

คู่มือการใช้
กายอุปกรณ์เสริม
สำหรับประคอง
กระดูกสันหลังระดับเอว
(Lumbosacral Orthoses)



หน่วยกายอุปกรณ์
ฝ่ายเวชศาสตร์ฟื้นฟู
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

กายอุปกรณ์เสริม สำหรับประคอง กระดูกสันหลังระดับเอว (Lumbosacral Orthoses)

หลักการ

- จำกัดการเคลื่อนไหวของร่างกายใน ส่วนของหลัง
- ลดแรงกดบริเวณกระดูกสันหลังขณะยืน
- สามารถช่วยลดอาการปวดของกระดูกสันหลังได้
- เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีอาการกล้ามเนื้อหลังหรือ หน้าท้องที่อ่อนแรง เช่น คนไข้หลังจากผ่าตัดบริเวณกระดูกสันหลัง หรือ โรคที่ต้องการให้หลัง ช่วงนี้ ได้พัก



ระยะเวลาในการใส่

- ใส่เฉพาะเวลานั่ง ยืน และเดิน
- ไม่ควรใส่นอน เว้นแต่จะเป็นความเห็นของแพทย์

อุปกรณ์แถบด้านใน



อุปกรณ์แถบด้านนอกใน

วิธีการใส่

1. สวมใส่อุปกรณ์โดยเริ่มจากแถบด้านใน โดยให้ขอบด้านบนของอุปกรณ์อยู่ใต้ต่ำกว่ากระดูกสันหลัง และขอบด้านล่าง ควรคลุมปุ่มกระดูกสะโพกด้านหน้า แต่

ไม่ควรยาวเกินกระดูกก้นกบทางด้าน
หลัง ควรรัดอุปกรณ์ให้กระชับไม่ให้
ตึงหรือหย่อนเกินไป จัดตำแหน่งโครง
เหล็กด้านหลังให้อยู่ขนานแนวกระดูก
สันหลังทั้งสองข้าง

2. เมื่อสวมใส่แถบด้านในเสร็จแล้ว จาก
นั้นจึงรัดสายแถบด้านนอก โดยดึงให้
กระชับและมีทิศทางเดียวกับกระดูก
สะโพกทางด้านหน้า

ข้อควรทราบ...เกี่ยวกับการใช้

ในกรณีการสวมใส่อุปกรณ์ครั้งแรก
เจ้าหน้าที่จะทำการตัดแกนเหล็กทั้ง 2
ข้าง ทางด้านหลังและเขียนบอกถึงทิศทาง
บน-ล่าง และด้านซ้าย-ขวา เพื่อให้เกิด
ความเข้าใจที่ชัดเจนและถูกต้อง ซึ่งแกน
เหล็กทั้ง 2 ข้าง ไม่มีความจำเป็นต้องถอด
เข้า-ออกทุกครั้งที่สวมใส่อุปกรณ์ แต่จะ
ต้องถอดเหล็กออก ในกรณีที่ทำการซัก
ทำความสะอาดเท่านั้น



คำแนะนำ

เพื่อหลีกเลี่ยงและป้องกันการแพ้หรือ
คันที่เกิดจากอุปกรณ์สัมผัสกับผิวหนัง
โดยตรง ควรสวมเสื้อชั้นในก่อนใส่อุปกรณ์
ชนิดนี้ จากนั้นจึงสวมเสื้อคลุมทับได้ตาม
ปกติ



วิธีทำความสะอาด

- ถอดเหล็กประคองกระดูกสันหลังทั้ง 2
ข้างออกจากตัวเสื้อ
- ใช้น้ำสบู่อ่อนหรือน้ำยาซักผ้าเด็ก
- ห้ามใช้แปรงขัด ขยี้ หรือ บิดอุปกรณ์ชนิด
นี้ เพราะอาจทำให้อุปกรณ์พังหรือเสีย
รูปได้
- ควรตากในที่ร่มหรือตากแดดอ่อน ๆ จน
แห้งสนิท



ข้อควรระวัง

- ✓ ไม่ควรใส่อุปกรณ์นี้ในขณะที่นอน เว้นแต่เป็นความเห็นของแพทย์
- ✓ ควรรัดอุปกรณ์ให้กระชับไม่ให้รัดแน่นหรือ หย่อนจนเกินไป
- ✓ ควรถอดเหล็ก 2 ข้างด้านหลังออกก่อนการซักทำความสะอาดทุกครั้ง
- ✓ ควรซักด้วยมือเท่านั้น
- ✓ หลังซักทำความสะอาดแล้ว ควรใส่แกนเหล็กด้านหลังให้ตรงกับตำแหน่งที่กำหนดไว้ดั้งเดิม