

10 จุดเจ็บปวดตามร่างกาย มีสาเหตุจาก?

Like Free Stuff?

Go to

XWINNER.COM

Win Prizes, Giveaways Sweepstakes & More!

สวัสดีครับท่านผู้รักสุขภาพทุกท่านอาการเจ็บปวดเกิดขึ้นโดยไม่ทราบสาเหตุนั้น เกิดได้กับคนทุกเพศทุกวัย และมักจะสร้างความกังวลเพราะนอกจากจะไม่รู้ที่มาแล้ว เรายังไม่อาจเห็นสภาพภายในได้อีก วันนี้ [Healthgood](#) จึงได้นำบทความเกี่ยวกับสุขภาพเรื่อง “10จุดเจ็บปวดตามร่างกาย มีสาเหตุจาก” ซึ่งนายแพทย์กฤษดา ศิริามพุช ผู้อำนวยการศูนย์เวชศาสตร์อายุรวัฒน์นานาชาติ ได้ให้ข้อมูลและไขข้อข้องใจโดยเฉพาะอาการปวด 10 จุด ดังต่อไปนี้

เจ็บต้นคอราวแขน

อาการเจ็บลักษณะนี้ต้องระวังเส้นประสาทต้นคออาจถูกกดหรือได้บาดเจ็บจากอุบัติเหตุจากการยกของหนัก

เจ็บแขนราวปลายมือ

อาการดังกล่าวให้ดูเรื่องเส้นประสาทให้ดี

อาจจะมีสิทธิ์เกิดจากพังผืดไปรัดเส้นประสาทหรือเกิดมาจากศูนย์รวมประสาทที่ต้นคอก็ยังได้

ปวดศีรษะราวต้นคอ

อาการนี้ อาจเป็นเพียงกล้ามเนื้อที่เกร็งตั้งเวลามีความเครียดธรรมดาในชีวิตประจำวัน แต่ถ้าหากมีอาการตาพร่าบวกลืมใส้อาเจียนด้วยก็อาจเกี่ยวข้องกับอาการด้านสมองได้

ปวดหลังร้าวลงขา

อาจเกิดจากหมอนรองกระดูกกดทับเส้นประสาทเป็นหลัก โดยเฉพาะหลังส่วนบนเอวนั้นเป็นจุดอ่อนที่สำคัญต่อการเกิดการบาดเจ็บได้ ซึ่งอาการปวดหลังนั้นอาจเกิดได้หลายสาเหตุ แต่หา อาการหมอนรองกระดูกกดทับเส้นประสาทนั้นจะมีอาการปวดร้าวลงขา

เจ็บอกวิ่งไปแขนซ้าย

อาการดังกล่าวนี้ อันตรายมากเพราะมักเกี่ยวข้องกับโรคหัวใจขาดเลือด ให้สังเกตอาการปวดนั้นว่า เหมือนถูกบีบหรือถูกงูเหล็กมตัวใหญ่รัดด้วยหรือไม่ เวลาไอแล้วปวดร้าวลงก้นกบหรือป่าว บางคนเวลาไอหรือเบ่งท้องแรงๆ จะมีอาการเจ็บร้าวไปบริเวณหลังหรือก้นกบทุกครั้ง ต้องเฝ้าระวังโรคหมอนรองกระดูกทับเส้นด้วย

เจ็บท้องน้อยร้าวลงหน้าขา

ในกลุ่มสาวๆต้องระวังเรื่องอุ้งเชิงกรานอักเสบ ส่วนหนุ่มๆก็ให้ระวังนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ หากมีไข้ร่วมด้วยควรระวังการติดเชื้อเป็นหลัก

เจ็บท้องส่วนอื่นๆ แล้วร้าวทะลุหลัง

อาการเจ็บท้องบริเวณส่วนหน้าไปหลังเช่นนี้ ถ้าเป็นที่ตับ คือ อาจจะมีปัญหาเกิดขึ้นที่ถุงน้ำดี เพราะนี่ เป็น สัญญาณนิ่วในถุงน้ำดี หรือถุงน้ำดีอักเสบนั่นเอง ส่วนถ้าเจ็บตรงกลางรวมกับใช้สูงอาจจะเป็นอาการจากตับอ่อนอักเสบ (Acute pancreatitis) แบบเฉียบพลัน

เจ็บบั้นเอวแล้วร้าวลงขา

หากเจ็บบั้นเอวด้านใดด้านหนึ่งแล้วร้าวด้วย อาจมีสาเหตุมาจากก้อนนิ่วในกรวยไตหรือท่อไต ในบางรายอาจมีท่อปัสสาวะอักเสบร่วมกับมีไข้ ทำให้รู้สึกหนาวและปัสสาวะปนเลือดอีก หากมีอาการดังที่กล่าวมานี้ให้รีบไปพบแพทย์โดยทันที

เจ็บตามผื่นแล้วร้าวลงเส้นประสาท

การที่มีผื่นเป็นตุ่มน้ำใสและอาการแสบร้อนหรือผู้ป่วยเคยมีประวัติเป็นโรคเรื้อรัง ุงสวัด ให้ระวังอาการปวดร้าวไปตามปลายประสาท ถึงแม้ว่าจะไม่มีผื่นแล้วแต่ก็อาจถึงอาการแสบร้อนไว้ได้ ผู้ป่วยบางรายจะมีอาการเจ็บแสบอยู่ตามแนวเส้นประสาทเป็นครั้งคราว

คุณหมอกฤษดา ได้กล่าวต่อว่าสัญญาณเจ็บร้าวทั้ง10ที่ว่ามานี้ เป็นวิธีดูคร่าวๆ เท่านั้น แต่ก็ช่วยทำให้ได้ทราบถึงร่องรอยของโรคที่ซ่อนอยู่ได้ อย่างไรก็ตาม ทางที่ดีที่สุดคือ ควรไปพบแพทย์แล้วตรวจหาความผิดปกติให้ทราบชัดเจนชัวร์กว่า