

สรุปแนวปฏิบัติที่ดีในการใช้ Elastic Therapeutic Tape เพื่อการรักษา
จากโครงการสัมมนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้
เพื่อพัฒนาการเรียนการสอน และทักษะการปฏิบัติทางวิชาชีพ
“Clinical Application of Elastic Therapeutic Tape”

ครั้งที่ 2 วันที่ 30 มีนาคม 2559 เวลา 9.00 – 12.00 น.

อาจารย์สาขากายภาพบำบัดเข้าร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จำนวน 14 คน โดยมี อาจารย์ ดร.ทศพล เจศรีชัย เป็นผู้นำโครงการ

ผู้นำโครงการและผู้เข้าร่วมโครงการ ได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็น พร้อมทั้งเสนอปัญหาที่พบ ภายหลังจากการนำแนวปฏิบัติที่ดีจากการจัดโครงการครั้งที่ 1 ไปใช้ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. ในกรณีที่ตรวจพบปัญหาหลายอย่างร่วมกัน เช่น มีอาการปวดร่วมกับมีตำแหน่งของโครงสร้างผิดปกติไป การแก้ไขปัญหามุ่งเน้นไปที่ปัญหาหลักก่อน คือ การลดปวด บวม และอักเสบ เทคนิคที่ใช้คือ Epidermis dermis fascia taping method (EDF) และให้ผู้ป่วยพัก เมื่อผู้ป่วยมีอาการปวดลดลงแล้ว จึงสามารถนำ Mechanical correction technique มาใช้ได้ แต่อย่างไรก็ตาม หากผู้ป่วยจำเป็นต้องกลับไปทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหว อาจพิจารณาใช้ Mechanical correction technique ร่วมด้วยได้
2. การเลือกใช้เทคนิคต่างๆ สามารถทดสอบในเบื้องต้นได้ โดยการใช้มือเคลื่อนไหวบน Skin, Fascia, Muscles และ Joints แทนแรงดึงของเทป เพื่อเป็นแนวทางในการติดเทปตามทิศทางต่างๆ เพื่อช่วยลดอาการปวดของผู้ป่วยได้มากที่สุด
3. ช่วงเวลาในการติดเทป ต้องคำนึงถึงลักษณะอาการของผู้ป่วย หากอาการผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น หรืออาการปวดลดลงภายในสองถึงสามวัน ไม่ควรติดเทปทิ้งไว้ เนื่องจากจะเป็นการจำกัดการเคลื่อนไหวของผู้ป่วย นอกจากนี้เมื่อเวลาเปลี่ยนไป อาการของผู้ป่วยจะเปลี่ยนไป ควรทำการตรวจร่างกายเพิ่มเติม และรักษาในส่วนที่มีปัญหาต่อไป

อาจารย์ ดร.ทศพล เจศรีชัย และผู้เข้าร่วมโครงการ ยังได้ร่วมกันนำเสนอประสบการณ์และเทคนิค วิธีการใช้ผ้ายืดเพื่อรักษาผู้ป่วยในระยะต่างๆ ซึ่งสามารถสรุปเป็นแนวปฏิบัติได้ดังนี้

1. ระยะเฉียบพลัน (acute stage)

เนื่องจากในระยะนี้ ผู้ป่วยมักมีอาการปวดและบวม ซึ่งเกิดจากการหลังสารเคมีภายในเนื้อเยื่อ เทคนิคที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยในระยะนี้ได้แก่ เทคนิค EDF คือ การติดผ้ายืดแบบ jelly fish หรือ web cut ซึ่งจะเป็นการยกผิวของเนื้อเยื่อบริเวณที่เจ็บ ทำให้เกิดช่องว่างภายใน และระบบไหลเวียนสารน้ำทำงานได้ดีขึ้น สามารถนำของเสียออกจากบริเวณที่บาดเจ็บได้มากขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็ป้องกันการไหลกลับของของเหลว ทำให้บริเวณที่บาดเจ็บมีอุณหภูมิที่ต่ำลง

อย่างไรก็ตาม การใช้เทคนิคแบบ jelly fish และ web cut ก็มีความแตกต่างกัน โดยการติดแบบ jelly fish จะใช้เมื่อตำแหน่งที่เจ็บไม่ชัดเจน ในขณะที่การติดแบบ web cut จะใช้เมื่อมีตำแหน่งที่เจ็บชัดเจน

2. ระยะกึ่งเฉียบพลัน (sub-acute stage)

ในระยะนี้ อาการปวดที่เกิดขึ้นจะเปลี่ยนเป็น Mechanical pain มีอาการยึดติดของเนื้อเยื่อใต้ผิวหนัง การรักษาจึงมักจะใช้เทคนิค Space correction เพื่อลดแรงกระทำต่อโครงสร้างที่ได้รับบาดเจ็บ และเทคนิค Fascia correction เพื่อลดความตึงตัวของ fascia

3. ระยะเรื้อรัง (chronic stage)

ในระยะนี้มักจะตรวจพบการจำกัดการเคลื่อนไหวจากการหดรั้งหรืออาการอ่อนแรงของกล้ามเนื้อ เทคนิคที่เหมาะสมกับผู้ป่วยในระยะนี้ได้แก่ Fascia correction เพื่อลดความตึงตัวของ fascia และเทคนิค facilitation เพื่อให้กล้ามเนื้อสามารถทำงานได้ดีขึ้น นอกจากนี้อาจจะมีการใช้เทคนิค Mechanical correction ร่วมด้วย เพื่อให้กล้ามเนื้อหรือเส้นเอ็นอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสม อย่างไรก็ตามการใช้เทคนิคหลายเทคนิคร่วมกัน จะต้องให้เทคนิคที่มีแรงดึงตัวของเทปน้อยอยู่ด้านล่าง และแรงดึงตัวของเทปมากอยู่ด้านบนเสมอ

แนวปฏิบัติที่ได้จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อ Clinical Application of Elastic Therapeutic Tape ครั้งที่ 1 และ 2 จะนำไปเผยแพร่ใน Server ของคณะสหเวชศาสตร์ และประชาสัมพันธ์ให้อาจารย์ทุกท่านได้อ่านและนำไปใช้ประโยชน์ในการรักษาทางคลินิกต่อไป