

บทนำสู่กายภาพบำบัดในชุมชน

อ.กรอนงค์ ยืนยงชัยวัฒน์

เมื่อเราพูดถึงกายภาพบำบัด คนส่วนใหญ่ก็คงนึกถึงคนพิการ ผู้ที่เป็นอัมพาต อัมพฤกษ์ ผู้ที่มีอาการปวดข้อต่างๆ ปวดหลัง ปวดไหล่ แต่งานกายภาพบำบัดนั้นยังมีส่วนเข้ามาเกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่มีปัญหาทางด้านระบบทางเดินหายใจและหลอดเลือด กลุ่มเด็กที่มีพัฒนาการช้า ซึ่งจำเป็นต้องมีการกระตุ้นพัฒนาการ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีโรคแทรกซ้อนและกลุ่มที่ยังมีสุขภาพแข็งแรง กลุ่มหญิงตั้งครรภ์ในการดูแลตนเองทั้งก่อน, ระหว่าง และหลังคลอด รวมถึงในกลุ่มของนักกีฬา เพื่อเตรียมความพร้อมในการแข่งขัน ก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน รวมถึงกลุ่มที่ต้องการการฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย

กายภาพบำบัดคืออะไร

“วิชาชีพกายภาพบำบัด คือ วิชาชีพที่กระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับ การตรวจประเมิน การวินิจฉัยและการบำบัดความบกพร่องของร่างกาย ซึ่งเกิดเนื่องจากภาวะของโรคหรือการเคลื่อนไหวที่ไม่ปกติ การป้องกัน การแก้ไขและการฟื้นฟูความเสื่อมสภาพความพิการของร่างกาย รวมทั้ง การส่งเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจ ด้วยวิธีการทางกายภาพบำบัดหรือการใช้เครื่องมือหรือ อุปกรณ์ที่รัฐมนตรีประกาศโดยคำแนะนำของ คณะกรรมการให้เป็นเครื่องมือหรืออุปกรณ์กายภาพบำบัด”

บทบาทของกายภาพบำบัด

งานกายภาพบำบัด เกี่ยวข้องกับการดูแลบำบัดผู้ป่วยหลายภาวะ ได้แก่ ภาวะทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ ระบบหัวใจและหลอดเลือด ประสาทวิทยา กุมารเวชศาสตร์ เวชศาสตร์ผู้สูงอายุ สุนัขวีเวชศาสตร์ เวชศาสตร์การกีฬา การยศาสตร์และอื่นๆ ด้วยหลักความรู้วิชาการทาง กายภาพบำบัดอย่างมีมาตรฐานและหลักจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพ โดยเป็นส่วนหนึ่งของบุคลากรทางการแพทย์

กายภาพบำบัดเกี่ยวข้องกับชุมชนอย่างไร

กายภาพบำบัดจะปฏิบัติงานด้านการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี ของประชาชนทั่วไปและด้านการป้องกันความบกพร่อง ความผิดปกติ ข้อจำกัดและ ภาวะแทรกซ้อน ในการเคลื่อนไหวตามสภาวะสุขภาพร่างกาย ปัญหาทางการแพทย์ เศรษฐกิจและสังคมตลอดจนวิถีความเป็นอยู่ของชุมชน งานกายภาพบำบัดจะดำเนินการอยู่ในหน่วยงานต่างๆตามวัตถุประสงค์และนโยบายของหน่วยงานนั้นๆ

จากที่กล่าวมาแล้วจะเห็นได้ว่าปัจจุบันงานทางกายภาพบำบัด มีบทบาทกว้างขวางมากขึ้น นักกายภาพบำบัดไม่เพียงแต่สามารถทำงานในโรงพยาบาลต่างๆ แต่ยังสามารถทำงานร่วมกับชุมชน เพื่อให้



ชุมชนมีความเข้มแข็ง ซึ่งงานกายภาพบำบัด นอกจากการรักษาผู้ป่วย การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยแล้ว งานด้านการส่งเสริม รวมถึงการป้องกัน ในระดับชุมชน ก็นับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง



ปัจจุบันการรักษาผู้ป่วยในระดับโรงพยาบาล ไม่พอเพียงแก่ความต้องการกับทุกคน นอกจากนี้ การรักษาทางกายภาพบำบัด ในบางครั้งยังต้องการการรักษาที่ต่อเนื่อง หลังจากผู้ป่วยกลับจากโรงพยาบาล รวมถึงผู้ที่มีกลุ่มเสี่ยงและผู้ที่มีสุขภาพร่างกายที่ยังแข็งแรง ก็ยังจำเป็นต้องใช้วิธีทางกายภาพบำบัดเข้ามาเกี่ยวข้อง อาจกล่าวได้ว่า บทบาททางกายภาพบำบัด มีทุกระดับตั้งแต่เด็กทารก เด็กโต ผู้ใหญ่ จนถึงผู้สูงอายุ รวมถึงหญิงตั้งครรภ์ กายภาพบำบัดก็เข้ามามีบทบาทในการดูแลกลุ่มต่างๆ

นอกจากนี้งานด้านการส่งเสริมสาธารณสุขขั้นพื้นฐาน (Primary health care) เข้ามามีบทบาทที่สำคัญอย่างยิ่งไม่เฉพาะในประเทศไทย แต่ยังรวมถึงทั่วโลกที่เห็นถึงความสำคัญดังกล่าว ทั้งนี้เพื่อต้องการให้คนในชุมชน ได้มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพ และจากการศึกษายังพบว่า การสนับสนุนและส่งเสริมการมีส่วนร่วมในระดับชุมชน จะสามารถลดปัญหาทางด้านสาธารณสุข รวมถึงค่าใช้จ่ายต่างๆ ได้มากกว่าที่จะเน้นทางด้าน การรักษา





ศูนย์กายภาพบำบัดและธาราบำบัด ภาควิชากายภาพบำบัด คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มีหลายตัวอย่างที่เห็นความสำคัญของกายภาพบำบัด จากประสบการณ์ของแพทย์ ที่อยู่ในโรงพยาบาลระดับชุมชน ที่เห็นว่าการใช้ยา บางครั้งก็ทำให้โรคบางโรคแค่ทุเลาชั่วคราว และโรคบางโรคไม่ต้องใช้ยา แต่ใช้วิธีการทางกายภาพบำบัด ก็สามารถหายได้ เช่น กระดูกเสื่อมทับเส้นประสาท, ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดอัมพฤกษ์ หรือผู้ป่วยที่มีเสมหะมาก ผู้ป่วยอัมพฤกษ์อัมพาต รวมถึงเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้า



นอกจากนี้งานกายภาพบำบัด ยังครอบคลุมไปถึงการออกเยี่ยมบ้านในกลุ่มผู้ป่วยต่าง ๆ เช่น อัมพฤกษ์ ที่ต้องได้รับการฟื้นฟู กลุ่มที่มีปัญหาทางการเคลื่อนย้ายตัว พัฒนาการล่าช้า เป็นต้น โดยการทำงานดังกล่าว จะต้องอาศัยการทำงานเป็นทีมร่วมกันในลักษณะของสหสาขาวิชา



อีกบทบาทหนึ่งของงานกายภาพบำบัดในชุมชน คือการรณรงค์ภาวะสุขภาพในชุมชนนั้น เช่น การสำรวจว่าตำบลนั้น หรือชุมชนนั้น มีอาชีพอะไรและมีปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวกับกายภาพอะไรบ้าง เช่น มีอาการปวดหลังมากที่สุดจากการตัดกรีดยางพารา บทบาทกายภาพบำบัด จึงต้องวิเคราะห์กลไกการเกิดการบาดเจ็บ การทำงานของคนตัดกรีดยางว่าที่อาการปวดหลังอย่างไร เช่น การยืนกรีดยาง การยกน้ำยาง นำมาวิเคราะห์ เพื่อให้ทำยี่นที่ถูกต้อง และติดตามตามผลการสอน/ออกกำลังกายเพื่อป้องกันการกลับมาของอาการปวดหลัง

นอกจากนี้กายภาพบำบัดยังนับว่ามีบทบาทในด้านการส่งเสริมและป้องกัน โดยมีการจัดบริการสำหรับผู้ปกติโดยการตรวจสมรรถภาพทางร่างกายและคลินิกออกกำลังกายด้วย เช่น การทดสอบสมรรถภาพร่างกายในด้านของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความฟิต ความจุปอด การใช้ออกซิเจน ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ และอื่นๆ เพื่อนำข้อมูลมาแนะนำและส่งเสริมสุขภาพรวมถึงการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับบุคคลทั่วไปที่แม้ยังไม่เจ็บป่วยก็ตาม

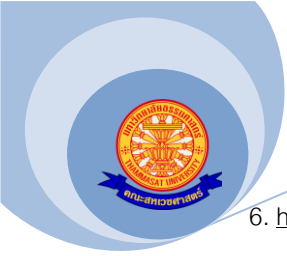


ดังนั้นกายภาพบำบัดจึงไม่ได้ตั้งรับอยู่ที่โรงพยาบาลอย่างเดียวแต่ปัจจุบันนี้ยังต้องเป็นในลักษณะเชิงรุกและรับพร้อมกันซึ่งจะทำให้กายภาพบำบัดเป็นที่รู้จักกันในชุมชนมากยิ่งขึ้น และเป็นการส่งเสริมและให้บุคคลต่างๆ รู้จักวิชาชีพกายภาพบำบัดให้กว้างขวางและเป็นที่ยอมรับ



เอกสารอ้างอิง

1. Curtis KA, editor. The physical therapist's guides to health care. Thorofare (NJ): Slack Incorporated, 1999.
2. Primary health care: A Resource Guide for Physical Therapists. College of Physical Therapists of Alberta, Alberta Physiotherapy Association, Canadian Physiotherapy Association. 2007.
3. Soever L. Discussion paper: primary health care and physical therapists- moving the porfession's agenda forward. The College of Physical Therapists of Alberta, The Alberta Physiotherapy Association, The Canadian Physiotherapy Association. 2006.
4. Rose SJ. Physical therapy diagnosis: Role and Function. Phys Ther 69:535-37, 1989.
5. United Nations. Understanding community-based rehabilitation. 1998.



ศูนย์กายภาพบำบัดและธาราบำบัด ภาควิชากายภาพบำบัด คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

6. <http://www.dinf.ne.jp/doc/intl/z15/z15011un/z1501101.htm> วันที่ 21 พฤษภาคม 2552.

7. พ.ร.บ.วิชาชีพกายภาพบำบัด พ.ศ.2547

8. มาตรฐานกายภาพบำบัด พ.ศ. 2549. คณะอนุกรรมการฝ่ายมาตรฐานวิชาชีพ คณะกรรมการสภากายภาพบำบัด.

9. Phichet Banyati. กายภาพบำบัด : งานสำคัญ(ที่ถูกลืม)ในโรงพยาบาลชุมชน

10. <http://gotoknow.org/blog/practicallykm/4684> วันที่ 21 พฤษภาคม 2552.