

โรคของ กล้ามเนื้อ กระดูก และ ข้อ



ศาสตราจารย์เกียรติคุณ
แพทย์หญิงพวงทอง ไกรพิบูลย์

WE 140 W4653 2554



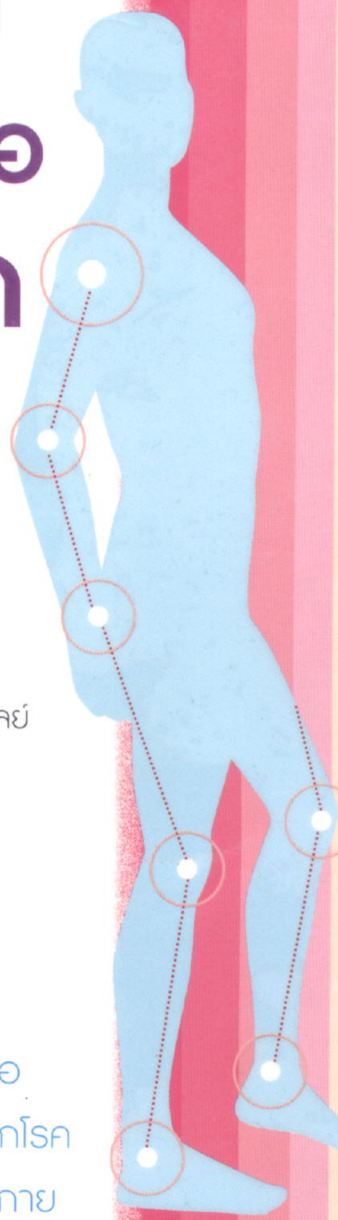
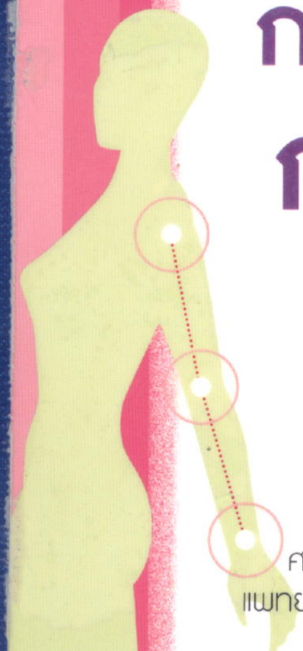
* B 0 0 4 5 . 8 4 7 *

โรคของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ

ห้องสมุดวิชาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

ยได้

เอาชนะโรคของกล้ามเนื้อ
กระดูก และข้อได้แน่ ถ้ารู้จักโรค
วิธีฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย
และควบคุมอาการอย่างถูกวิธี



สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์	(9)
คำนำผู้เขียน	(10)
โรคของกล้ามเนื้อ	2
• โรคกล้ามเนื้อเป็นตะคริว	5
• โรคกล้ามเนื้อฉีก	10
• โรคกล้ามเนื้อลีบ	14
• โรคของเอ็นกล้ามเนื้อ	17
• โรคเอ็นกล้ามเนื้ออักเสบจากการเสื่อม	18
• อาการปวดกล้ามเนื้อ	20
• โรคมะเร็งกล้ามเนื้อ	24
โรคและภาวะต่างๆ ของกระดูก	28
• วิธีดูแลกระดูกให้แข็งแรง	29
• กระดูกหัก	33
- กระดูกข้อมือหัก	37
- กระดูกสะโพกหัก	39
- กระดูกข้อเท้าหัก	40
- กระดูกสันหลังหัก	42
- กระดูกหักร้าวจากการใช้งานมาก	45
- การดูแลตนเองเมื่อใส่เฝือก	47

• โรคกระดูกอักเสบติดเชื้อ	52
• โรคกระดูกสันหลังเสื่อม	56
• โรคหมอนรองกระดูกสันหลังกดทับเส้นประสาท	62
• โรคช่องกระดูกสันหลังตีบ	67
• โรคกระดูกสันหลังคด	69
• ภาวะกระดูกบางและภาวะกระดูกพรุน	72
• โรคมะเร็งกระดูก	78
- โรคมะเร็งกระดูกชนิดเกิดจากเซลล์กระดูกเอง	79
- โรคมะเร็งกระดูกชนิดเกิดจากการแพร่กระจายของมะเร็งชนิดอื่น	80

โรคของข้อ	84
• โรคข้อเสื่อม	85
• โรคข้อรูมาตอยด์	90
• โรคเกาต์	94
• โรคเกาต์เทียม	99
• โรคข้ออักเสบติดเชื้อ	102
• โรคข้ออักเสบติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์หรือเชื้อหนองใน	105
• โรคข้อไหล่อักเสบติดเชื้อ	108
• ข้อไหล่อักเสบติดเชื้อ	111
• กลุ่มอาการอุโมงค์คาร์ปัล	116
• ข้อเท้าแพลง	119
• อาการปวดข้อ	122

โรคของถุงลดเสียดสี	128
• โรคถุงลดเสียดสีอักเสบ	129
อาการและภาวะอื่น ๆ	134
• อาการนิ้วล็อก	135
• อาการปวดเมื่อยคอ	138
• อาการปวดไหล่	141
• อาการปวดหลัง	145
• อาการปวดสะโพก	152
• อาการปวดเข่า	155
• อาการปวดเท้า	158
• อาการปวดสันเท้า	162
• ภาวะเท้าแบน	165
เรื่องอื่น ๆ	170
• วิธีนั่งทำงานหน้าคอมพิวเตอร์	171
• การดูแลเท้าในโรคเบาหวาน	174
• การปลุกกระดูก	178
ศัพท์แพทย์ในหนังสือเล่มนี้	182
บรรณานุกรม	188
ประวัติผู้เขียน	190