

3

เท้าบิดเข้าใน (Metatarsus Varus)

จากรูปเท้าบิดโค้งงอเข้าในตั้งแต่เกิดเป็นรูปคล้าย เมล็ดถั่ว ทำให้ปลายเท้าและนิ้วเท้าบิดเข้าด้านใน



การรักษา

ถ้าเท้าบิดโค้งงอเข้าในมาก แพทย์จะตัดเท้าให้ตรงและใส่เฟืองหรือใส่รองเท้าตัดกลับ จนรูปเท้าปกติ

4

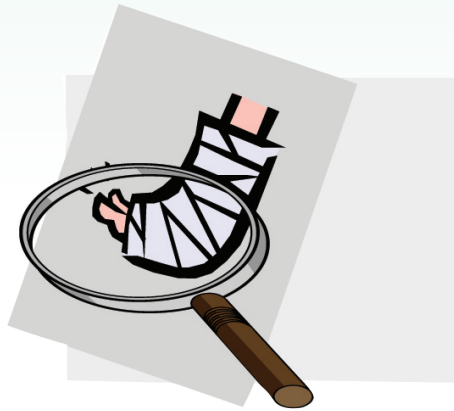
ภาวะการทรงตัวที่ยังไม่สมบูรณ์เมื่อเริ่มหัดเดิน

เด็กเริ่มหัดเดิน จะเดินโดยมีการงอข้อสะโพก งอเข่า ปลายเท้าบิดเข้าด้านใน และไม่ยกปลายเท้าขึ้นเมื่อก้าวเดิน ลักษณะเหล่านี้จะช่วยการทรงตัวเบื้องต้นให้ได้สมดุล โดยจะมีการพัฒนาการเดินได้เองดีขึ้นเรื่อยๆ จนปกติประมาณอายุ 3ปี

ไม่พามาพบแพทย์ได้หรือเปล่า ?

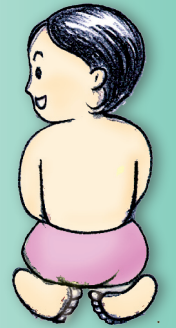
จริงอยู่ ภาวะที่เด็กเดินโดยมีปลายเท้าบิดเข้าด้านในส่วนใหญ่จะมีการกลับคืนสู่ปกติหรือใกล้เคียงปกติได้เองโดยไม่มีผลเสียในระยะยาวและดำเนินชีวิตได้เช่นคนทั่วไป บางครั้งอาจได้ประวัติว่าพ่อหรือแม่ของผู้ป่วยขณะเป็นเด็กเคยมีเท้าบิดเข้าในคล้ายๆกับลูกเช่นกันโดยขณะนี้ปกติแล้วหรือยังมีการบิดเหลือเล็กน้อยแต่ไม่มีปัญหาใดๆทำให้ไม่ได้ใส่ใจเรื่องดังกล่าวมาก่อน

อย่างไรก็ตาม การพาเด็กที่เดินปลายเท้าบิดเข้าด้านในมาพบแพทย์เพื่อตรวจรักษา จะทำให้ได้รับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง ได้คำแนะนำ และการติดตามเฝ้าระวังเป็นระยะๆ ช่วยคลายความวิตกกังวลของพ่อแม่ รวมทั้งได้รับการแก้ไขหากมีความจำเป็น



ข้อมูลถัดไปจาก The Art and Practice
of Children's Orthopaedics

เด็กเดินเท้าบิด เข้าด้านใน



กลุ่มงานออร์โธปิดิกส์
สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
โทร. 02-3548335 ต่อ 3205, 3213

เด็กเดินปลายเท้าบิดเข้าด้านใน (In-Toeing)



ลูกดิ้นทำไมชอบเดินปลายเท้าบิดเข้าด้านใน และ ล้มง่าย จะผิดปกติหรือเปล่า?

เด็กอายุระหว่าง 2-5 ปี จำนวนไม่น้อยที่เดินโดยมีปลายเท้านิ้วเท้าบิดเข้าด้านใน แทนที่จะชี้ตรงไปข้างหน้า เมื่อเด็กโตขึ้นกลับพบว่ามีการปรับเป็นปกติได้เอง มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ยังมีการบิดจนต้องผ่าตัดรักษา แต่การยืนเดินแบบนี้มักทำความลำบากใจให้ผู้ปกครองเสมอเนื่องจากเกรงว่าบุตรหลานของตนจะพิการ

สาเหตุมาจากอะไร จะแก้ไขหรือรักษาได้อย่างไร ?

มาจาก 4 สาเหตุใหญ่ซึ่งเกิดจากรูปร่างกระดูกขาที่บิดเปลี่ยนไป หรือจากร่างกายปรับรูปร่างเท้าเพื่อช่วยการทรงตัว

1 กระดูกขาอ่อนบนบิดเข้าด้านในมากผิดปกติ (Internal Femoral Torsion)

พบประมาณอายุ 3 ปี เด็กชอบนั่งท่าอู้งา เข้าชิดกันขาที่อ่อนล่างเบะออก คล้ายรูปตัว W เมื่อเด็กเดินเข้าสองข้างจะบิดเข้าใน สาเหตุของความผิดปกติเกิดจากขาที่อ่อนบนบิดเข้าด้านในมากกว่าปกติ ตามธรรมชาติเด็กทุกคนกระดูกขาอ่อนบนจะบิดเข้าด้านในอยู่แล้วเช่นกันแต่ในขนาดที่น้อยกว่านี้ และเมื่อเด็กโตขึ้นจะปรับสภาพได้เอง

โดยการบิดของกระดูกจะลดลงเหลือเพียงเล็กน้อยเมื่ออายุประมาณ 7 ปีขึ้นไป และจะคงสภาพการบิดเท่านี้จนเป็นผู้ใหญ่ การปรับสภาพดังกล่าวเกิดได้ในเด็กที่มีปลายเท้าบิดเข้าด้านในเช่นกัน

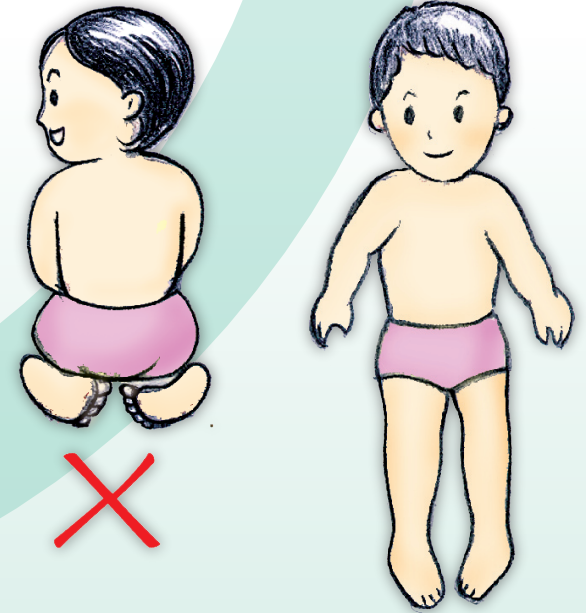


การรักษา

จะมีการปรับสู่ปกติได้เอง การนั่งท่าขัดสมาธิแทนการนั่งรูปตัวอักษร W อาจมีส่วนช่วยในการปรับสภาพ การใช้อุปกรณ์ตัดภายนอกไม่ช่วยในการรักษาการผ่าตัดแก้ไขทำเฉพาะในรายที่เป็นมากและทำในเด็กอายุเกิน 10 ปี ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยพิการทางสมอง

2 กระดูกขาอ่อนล่าง (กระดูกหน้าแข้ง) บิดเข้าในมากผิดปกติ (Internal Tibial Torsion)

ในเด็กเล็กทั่วไปจะมีการบิดเข้าในกระดูกหน้าแข้งได้เล็กน้อย และจะกลับคืนสู่ปกติตอนอายุประมาณ 5 ปี แต่ในเด็กบางคนมีการบิดของกระดูกหน้าแข้งมากผิดปกติจนทำให้เท้าบิดเข้าใน การบิดอาจถูกเสริมให้มากขึ้นจากการนั่งทับปลายเท้าขณะเท้าบิดเข้าใน



การรักษา

เนื่องจากมีแนวโน้มกลับคืนสู่ปกติเองโดยธรรมชาติจึงมักไม่ต้องการการรักษา ยกเว้นอายุ 6 ปีขึ้นไปถ้ายังพบว่าการบิดเข้าในอยู่มาก อาจใช้วิธีการผ่าตัดรักษาการใช้อุปกรณ์บังคับเท้า เพื่อตัดกระดูกหน้าแข้งที่บิดอาจพอใช้ได้สำหรับเด็ก