



## “กายภาพบำบัด” อาชีพที่น่าจับตามอง”

ผศ.ดร.เกษรา รัชษ์พงษ์สิริ

### กายภาพบำบัด

คือ เป็นวิชาชีพทางการแพทย์สาขาหนึ่ง ที่กระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการตรวจประเมิน การวินิจฉัย การบำบัดหรือรักษาความบกพร่องของร่างกาย ซึ่งเกิดเนื่องจากภาวะของโรค หรือ การเคลื่อนไหวที่ไม่ปกติ นอกจากนั้นยังเป็นการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน การแก้ไข และการฟื้นฟูความเสื่อมสภาพ ความพิการ ของร่างกายและจิตใจ ด้วยวิธีการทางกายภาพบำบัดหรือการใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ทางกายภาพบำบัด ด้วยหลักความรู้วิชาการทางกายภาพบำบัดอย่างมีมาตรฐานและหลักจรรยาบรรณ แห่งวิชาชีพ ทั้งต่อบุคคลและต่อชุมชน

### กายภาพบำบัดในประเทศไทย

เริ่มครั้งแรกหลังสงครามโลกครั้งที่สอง โดยพลตรีนายแพทย์ขุนประทุมโรคประหาร ที่โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า รักษาผู้ป่วยด้วยธาราบำบัด หรือการรักษาด้วยน้ำ ต่อมา ศาสตราจารย์ นายแพทย์เฟื่อง สัตย์สงวน หัวหน้าหน่วยสรีรศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ ได้เริ่มงานกายภาพบำบัดขึ้นที่ โรงพยาบาลศิริราชใน ปี พ.ศ. ๒๔๙๒ หลังจากนั้นเมื่อ ปี พ.ศ. ๒๕๐๗ เกิดภาควิชาสรีรศาสตร์ ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด ขึ้น และเกิด โรงเรียนกายภาพบำบัดแห่งแรกขึ้นในปี พ.ศ. ๒๕๐๘ ปัจจุบันมี สถาบันซึ่งผลิตบัณฑิตกายภาพบำบัดระดับปริญญาตรีในประเทศไทย ได้แก่

๑. มหาวิทยาลัยมหิดล
๒. มหาวิทยาลัยขอนแก่น
๓. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๔. มหาวิทยาลัยรังสิต
๕. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
๖. มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
๗. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
๘. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
๙. มหาวิทยาลัยนเรศวร
๑๐. มหาวิทยาลัยหัวเฉียว
๑๑. มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์
๑๒. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
๑๓. มหาวิทยาลัยพะเยา



๑๔. มหาวิทยาลัยคริสเตียน
๑๕. มหาวิทยาลัยเซนต์หลุยส์
๑๖. มหาวิทยาลัยบูรพา

### กายภาพบำบัดเรียนอะไร

เป็นการเรียนหลักสูตรทางสายวิทยาศาสตร์การแพทย์ซึ่งมีคุณวุฒิปริญญาตรี ใช้เวลาเรียน 4 ปีการศึกษา ในช่วงสองปีแรกศึกษาวิชาพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ ศึกษาหมวดวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ เช่น กายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา พยาธิวิทยา ประสาทกายวิภาคศาสตร์ หลักพยาบาลเบื้องต้น ตลอดจนวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว การนวด คัด ดึง การออกกำลังกายเพื่อการรักษา การรักษาและการวินิจฉัยด้วยไฟฟ้า การใช้เครื่องมือรักษาโดยใช้คุณสมบัติทางฟิสิกส์ ตลอดจนศึกษาหมวดวิชาชีพ เช่น กายภาพบำบัดสำหรับผู้ป่วยในภาวะต่างๆ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการทำวิจัยก่อนจบการศึกษาระดับปริญญาตรีอีกด้วย

เมื่อสำเร็จการศึกษา จะได้รับปริญญาบัณฑิต วท.บ. (กายภาพบำบัด) และได้รับใบประกอบวิชาชีพ หลังจากยื่นคำขอและสอบผ่านการเป็นผู้มีคุณสมบัติประกอบวิชาชีพ กายภาพบำบัดแล้ว ก็สามารถที่จะเข้าทำงานในตำแหน่งต่างๆและศึกษาดังต่อไปนี้

- นักกายภาพบำบัดในโรงพยาบาลของรัฐและเอกชน
- นักกายภาพบำบัดประจำคลินิกกายภาพบำบัด
- นักกายภาพบำบัดประจำชมรมกีฬาต่างๆ
- นักกายภาพบำบัดประจำหน่วยบริการปฐมภูมิ
- นักกายภาพบำบัดประจำศูนย์ส่งเสริมสมรรถภาพร่างกาย (Fitness- Center)

### การศึกษาต่อหลังปริญญาตรี

สามารถศึกษาในระดับปริญญาโทและเอก หลายสาขา ทั้งสาขากายภาพบำบัด สรีรวิทยา กาย-วิภาคศาสตร์ วิทยาศาสตร์การกีฬา เป็นต้น ในมหาวิทยาลัยทั้งในประเทศไทย เช่น จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เป็นต้น และมหาวิทยาลัยในต่างประเทศเช่น ออสเตรเลีย อังกฤษ และสหรัฐอเมริกา เป็นต้น



## โอกาสในการมีงานทำ

- นักกายภาพบำบัดจะสามารถทำงานตามหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ดังต่อไปนี้
- โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลเฉพาะทาง
  - ศูนย์ฟื้นฟูสภาพผู้พิการ
  - สถาบันให้การดูแลหรือบำบัดรักษาผู้สูงอายุ
  - ทัณฑสถาน
  - ศูนย์รักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด
  - สถาบันรักษาฟื้นฟูผู้ป่วยทางจิตสังคม
  - ศูนย์บริการทางสาธารณสุข
  - โรงเรียนรัฐบาล
  - โรงเรียนหรือคลินิกสำหรับเด็กพิเศษ
  - ศูนย์ดูแลเด็กเล็ก

## อาชีพนักกายภาพบำบัด (Physical therapist)

หมายถึง ผู้ที่มีความรู้ ความสามารถในการประเมินผลและให้การบำบัด ทางกายภาพ พัฒนาความ แข็งแรงของกล้ามเนื้อในการทรงตัวแก้ไข การเคลื่อนไหว ของกล้ามเนื้อข้อต่อ ที่ยังทำหน้าที่ไม่ถูกต้อง รวมทั้งฝึก การใช้กายอุปกรณ์ เสริมหรือเทียม และเครื่องช่วยในการเคลื่อนไหว ให้แก่ ผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกาย

## คุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพ

ต้องมีความชำนาญในทักษะวิชาชีพ มีจริยธรรมอันดีงาม และมีความตั้งใจ และพร้อมที่จะให้บริการหรือให้การดูแลรักษาผู้ป่วยผู้พิการทุกเพศทุกวัย ตลอดจนมีความอดทน และใจเย็นที่จะให้ความช่วยเหลือ หรือให้คำแนะนำแก่คนไข้ ที่ต้องการให้หายจากสภาพร่างกายที่ต้องใช้เวลาในการฟื้นฟูให้สู่สภาพปกติ สำหรับบทบาทการดูแลรักษาทางกายภาพบำบัดในผู้ป่วยนั้น นักกายภาพบำบัดจะดูแลผู้ป่วยหลากหลายประเภท กล่าวคือ ผู้ป่วยทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (musculoskeletal system) ผู้ป่วยทางระบบประสาท (neurological system) ผู้ป่วยทางระบบหัวใจและการไหลเวียน (cardiovascular system) ผู้ป่วยเด็ก (pediatric physical therapy) ผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บทางการกีฬา เป็นต้น



## ภาวะโรคที่สามารถรับการรักษาทางกายภาพบำบัด

- โรคระบบกระดูกกล้ามเนื้อและข้อต่อ เช่น ผู้ป่วยกระดูกหัก ข้อต่อติด บาดเจ็บกล้ามเนื้อ และเอ็นจากเล่นกีฬาหรือการใช้งานผิดท่า ท่าทางในการทำงานและชีวิตประจำวันที่ยึด ข้อเสื่อม โดยจะเป็นผู้ป่วยที่มาพบด้วยอาการปวด หรือเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ไม่ได้ปกติ
- โรคระบบประสาท จากโรคหรืออุบัติเหตุของ สมอง ไขสันหลัง หรือเส้นประสาท โดยผู้ป่วยจะมาด้วยอาการ อัมพาตครึ่งซีก อัมพาตครึ่งท่อน กล้ามเนื้ออ่อนแรง ชา
- โรคระบบหัวใจและระบบหายใจ ผู้ป่วยมีประสิทธิภาพการหายใจลดลง จากโรคหรือการผ่าตัดปอดหลอดลมหรือหัวใจ ฟันฟุสมรรถภาพในภาวะเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจตีบ
- โรคทางเด็ก ผู้ป่วยเด็กสมองพิการและเด็กที่มีปัญหาของพัฒนาการ ซึ่งจะต้องการการกระตุ้นให้ร่างกายเคลื่อนไหวได้อย่างถูกต้อง
- ผู้สูงอายุ ซึ่งมีความเสื่อมของระบบต่างๆของร่างกาย จึงต้องการวิธีการรักษาเฉพาะเพื่อชะลอความเสื่อม และคงสมรรถภาพกาย
- หญิงมีครรภ์ และ โรคทางสตรีอื่นๆ ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ ระหว่างคลอดและหลังคลอด ซึ่งร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก จนอาจทำให้มีอาการของระบบกระดูกกล้ามเนื้อ การหายใจและอื่นๆ ได้
- โรคอื่นๆ เช่น ผู้ป่วยที่ถูกไฟลวก ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้ป่วยหลังผ่าตัด เต้านม ซึ่งจะมีปัญหาเฉพาะที่ต้องการวิธีการรักษาที่ต่างกัน ไป

## บทบาทการรักษาทางกายภาพบำบัดในผู้ป่วยในโรงพยาบาลและนอกโรงพยาบาล

- รักษาด้วยความร้อน ความเย็น คลื่นไฟฟ้า คลื่นแสง และคลื่นแม่เหล็กชนิดต่างๆ โดยนักกายภาพบำบัดต้องทำการวิเคราะห์ว่า กรณีผู้ป่วยใดจะต้องการการรักษาประเภทใด มากน้อยเท่าใด
- รักษาด้วยมือ โดยวิธีการนวด คัด ดึง ด้วยเทคนิคพิเศษซึ่งปรับตามส่วนของร่างกายที่รักษา และอาการของผู้ป่วย
- รักษาด้วยการบริหารร่างกาย โดยนักกายภาพบำบัดต้องทำการวิเคราะห์ว่าอาการที่ผู้ป่วยเป็นนั้น มีสาเหตุการความบกพร่องของกระดูก กล้ามเนื้อ หรือ ระบบประสาทส่วนใด และออกแบบทำการบริหารกายให้เหมาะกับผู้ป่วยแต่ละคน
- เลือกชนิดและสอนการใช้เครื่องช่วยเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเคลื่อนไหว และทำกิจวัตรประจำวันต่างๆได้ด้วยตนเอง



- การวิเคราะห์ความเหมาะสมของท่าทาง สถานที่ และวิธีการทำงาน และให้คำแนะนำเพื่อป้องกันการเกิดปัญหาของร่างกายจากความไม่เหมาะสมของภาระงาน ทั้งในสำนักงาน โรงงานอุตสาหกรรม และสถานที่ทำงานอื่นๆ
- ให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพอย่างถูกต้องเหมาะสมกับเพศ วัย อายุ และพื้นฐานร่างกาย ในศูนย์สุขภาพ สปา และสถานที่ออกกำลังกายต่างๆ
- ดูแลนักกีฬาหลังการบาดเจ็บ ตั้งแต่ในสนามกีฬา และฟื้นฟูสภาพนักกีฬาหลังบาดเจ็บ เพื่อให้สามารถกลับไปฝึกซ้อมและแข่งขันได้อย่างเร็วที่สุด
- ให้บริการการรักษาทางกายภาพบำบัดในคลินิกเฉพาะกายภาพบำบัด ซึ่งมีเพิ่มขึ้นมากตามความต้องการของประชาชนในปัจจุบัน
- ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยเรื้อรังอื่นๆ ในสถานพักฟื้น ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพ และชุมชน บ้านพักพิเศษ เช่นบ้านพักคนชรา ศูนย์ฟื้นฟูคนงานที่ได้รับบาดเจ็บจากการทำงาน สถานพักฟื้นทั้งของรัฐและเอกชน
- ให้การรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยหลังออกจากโรงพยาบาลหรือศูนย์ฟื้นฟู โดยไปทำการรักษาที่บ้านผู้ป่วย รวมทั้งการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถช่วยเหลือตัวเองได้มากที่สุด
- สืบสวนและดูแลการพัฒนาการของเด็ก ทั้งในศูนย์ดูแลเด็กก่อน เด็กเล็ก และในโรงเรียน ทั้งโรงเรียนปกติ และโรงเรียนพิเศษ

### เอกสารอ้างอิง

1. ผศ.ดร.เกษรา รัชย์พงษ์ศิริ ในเอกสารประกอบการสอนวิชาความรู้ทางกายภาพบำบัดเบื้องต้น. ภาควิชากายภาพบำบัด, คณะสหเวชศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2554.
2. วาริรัตน์ วากะมะ ในเอกสารงานแนะแนวโรงเรียนเบญจมราชานุสรณ์ จาก <http://www.นักกายภาพบำบัด/Physiotherapist.htm> [cited เมษายน 2555]
3. <http://www.pt.or.th/President.html> [cited เมษายน 2555]
4. <http://www.panyathai.or.th/กายภาพบำบัด/คลังปัญญาไทย.htm> [cited เมษายน 2555]
5. <http://www.pt.mahidol.ac.th/> [cited เมษายน 2555]