

# กายภาพบำบัดในผู้ป่วยโควิด-19



## ความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19

หลังจากติดเชื้อ COVID-19 ร่างกายจะตอบสนอง 3 ช่วง

| ช่วง 1-2 วันแรก   | ช่วงต่อมา   | ช่วงที่ 3  |
|---|---|--|
| ยังไม่แสดงอาการ ไวรัสโควิด-19 ที่มาจากละอองฝอยมาเกาะบนผิวเซลล์ทางเดินหายใจส่วนต้น | การติดเชื้อเริ่มลุกลามทั่วทางเดินหายใจส่วนบนและเข้าสู่ทางเดินหายใจส่วนต้น ผู้ป่วยจะเป็นไข้ รู้สึกไม่สบายตัว และไอแห้ง | ผู้ป่วยติดเชื้อ COVID-19 ประมาณ 1 ใน 10 คน มีการติดเชื้อลุกลามเข้าสู่ถุงลมในปอด ทำให้ปอดอักเสบ เกิดอาการหายใจลำบากเฉียบพลัน หอบเหนื่อยรุนแรง |

อาจแบ่งกลุ่มผู้ป่วย โควิด-19 ตามความรุนแรงของอาการได้เป็น



- 1. คนที่มีอาการเล็กน้อย** เหมือนคนเป็นหวัดที่มีอาการติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนบนเฉียบพลัน อาจมีไข้ อ่อนเพลีย ปวดกล้ามเนื้อ ไอ เจ็บคอ น้ำมูก จาม หรืออาการติดเชื้อทางเดินอาหาร อาจคลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ท้องร่วง
- 2. คนที่มีอาการปานกลาง** เป็นอาการของโรคปอดบวม เป็นไข้ ไอ แต่ยังไม่มีการขาดออกซิเจนชัดเจน
- 3. คนที่มีอาการมาก** เป็นอาการของโรคปอดบวมที่มีภาวะขาดออกซิเจน ความเข้มข้นออกซิเจนในเลือด ( $SpO_2$ ) ลดลงเหลือน้อยกว่า 92%
- 4. คนที่มีภาวะวิกฤติ** เป็นกลุ่มที่มีอาการหายใจลำบากเฉียบพลัน อาจมีอาการช็อก ไข้สมองอักเสบ กล้ามเนื้อหัวใจตาย หัวใจล้มเหลว ความผิดปกติของการแข็งตัวของเลือด และไตวายเฉียบพลัน

### อาการ

ผู้ป่วยโควิดมีอาการได้หลายแบบ ตั้งแต่อาการเล็กน้อยไปจนถึงอาการรุนแรงขึ้นอยู่กับระยะเวลาการติดเชื้อโดยมักเริ่มแสดงอาการหลังจากได้รับเชื้อ 2-14 วัน อาการที่พบได้แก่

1. ไข้ (81.2%)
2. ไอแห้ง (58.5%)
3. เหนื่อยล้า (38.5%)
4. หอบเหนื่อย (26.1%)
5. มีเสมหะ (25.8%)
6. ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ (20.1%)
7. หายใจสั้นตัน (18.5%)
8. รู้สึกตึงบริเวณหน้าอก (17%)
9. เจ็บคอ (15%)
10. ปวดหัว (9.5%)
11. ท้องเสีย (7.6%)
12. ไอเป็นเลือด (1.7%)

### ปัญหาทางกายภาพบำบัดของผู้ป่วยโควิด-19

1. การระบายอากาศในปอด และสมรรถภาพปอดลดลง
2. กล้ามเนื้อทั้งร่างกาย รวมทั้งกล้ามเนื้อหายใจอ่อนแรง
3. สมรรถภาพทางกาย และความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันลดลง



 Video Clip



จัดทำโดย

สมาคมกายภาพบำบัดแห่งประเทศไทย สภากายภาพบำบัด  
ร่วมกับ กลุ่มอาจารย์กายภาพบำบัดทางระบบหายใจ