

คม·สด·ลึก

ปีที่ 12 ฉบับที่ 4169 วันพุธที่ 20 มีนาคม พ.ศ. 2556 หน้า 22

หัวใจเต้นผิดจังหวะ: สัญญาณอันตราย



หัวใจ (Heart) เป็นอวัยวะชิ้นเดียวในร่างกายที่ทำงานตลอด 24 ชั่วโมง โดยไม่เคยหยุด เป็นอวัยวะของร่างกายมนุษย์ที่มีหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยการบีบตัวของกล้ามเนื้อหัวใจ (cardiac muscle) ทั้ง 4 ห้องที่ถูกกระตุ้นอย่างเหมาะสมและเป็นระบบ ผ่านกลไกการนำสัญญาณไฟฟ้าผ่านเส้นประสาทในหัวใจ ทุกจังหวะการเต้นของหัวใจจึงเป็นเหมือนสัญญาณบ่งบอกถึงความสมบูรณ์หรือความผิดปกติของสุขภาพ

อัตราการเต้นที่ปกติของหัวใจในขณะพักของผู้ใหญ่ทั่วไปเฉลี่ยประมาณ 60-100 ครั้งต่อนาที ไม่ควรเกิน 80 ครั้งต่อนาที ในกรณีที่พักผ่อนเพียงพอและไม่ตื่นเต้น ไม่ควรช้าหรือเร็วเกินกว่านี้มากนัก เมื่อใดเกิดภาวะที่หัวใจเต้นช้าหรือเร็วมากเกินไปหรือเต้นสะดุด ไม่สม่ำเสมอ เรียกว่า “ภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ” หากปล่อยทิ้งไว้อาจมีอาการรุนแรงจนส่งผลร้ายต่อสุขภาพ และในบางกรณีอาจมีอันตรายถึงชีวิตได้

สาเหตุของโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ (Cardiac Arrhythmia)

อาจเกิดจากสาเหตุภายในหัวใจเอง เช่น จุดกำเนิด

ไฟฟ้าภายในหัวใจทำงานผิดปกติ ซึ่งอาจเป็นแต่กำเนิดหรือเกิดภายหลังจากโรคหรือความเสื่อมสภาพของตัวหัวใจและหลอดเลือดที่มาเลี้ยง หรือเกิดการลัดวงจรของการนำสัญญาณไฟฟ้าภายในหัวใจ ซึ่งมักจะเป็นมาแต่กำเนิด และสามารถเกิดได้กับทุกเพศทุกวัย โดยทั่วไปมักแสดงอาการเมื่ออายุ 20-40 ปีขึ้นไป

นอกจากนี้ หัวใจเต้นผิดจังหวะอาจเกิดจากสาเหตุภายนอกหัวใจก็ได้ เช่น ภาวะขาดน้ำ มีไข้สูง ไทรอยด์เป็นพิษ เกสโตรเจนเลือดที่ผิดปกติมากๆ โลหิตจางจากสาเหตุต่างๆ ความตึงเครียด การอดนอนสะสม รวมถึงจากยาหรือเครื่องดื่มที่มีฤทธิ์กด หรือกระตุ้นหัวใจ

โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ แบ่งได้เป็น 2 ประเภท

1. อัตราการเต้นของหัวใจช้าผิดปกติ หัวใจเต้นต่ำกว่า 60 ครั้งต่อนาที ในผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำอาจมีชีพจรช้ากว่า 60 ครั้งต่อนาทีได้ ในขณะที่พัก ผู้ป่วยจะมีอาการมึนงง หิว วูบ หมดสติ อาจมีอาการอ่อนเพลียเหนื่อยง่าย หรือหัวใจเต้นแรงกว่าปกติ

2. อัตราการเต้นของหัวใจเร็วผิดปกติ หัวใจเต้น

มากกว่า 100 ครั้งต่อนาที ผู้ป่วยจะมีอาการเหนื่อยง่าย ใจสั่น ซึ่งอาจเกิดร่วมกับอาการเจ็บแน่นหน้าอก เป็นลม นอกจากอาการที่กล่าวมาแล้ว หัวใจเต้นผิดจังหวะยังอาจส่งผลให้เกิดความวิตกกังวล หรือกลัวจนไม่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ และบ่อยครั้งที่ผู้ป่วยได้รับคำแนะนำว่า อาการทั้งหมดเกิดจากความเครียด และได้รับยาคลายความวิตกกังวล หรือยานอนหลับมารับประทานเป็นระยะเวลาไม่นานจนไม่สามารถหลับเองได้ ถ้าไม่รับประทานยา แต่อาการของผู้ป่วยกลับไม่ดีขึ้นจนรู้สึกว่าเป็นโรคที่รักษาไม่หาย ในทางกลับกัน ผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะส่วนหนึ่งจะไม่มีอาการ ทำให้ไม่ตระหนักถึงความสำคัญและภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น ซึ่งอาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ หากไปออกกำลังกาย กระตุ้นหัวใจและเกิดการเต้นผิดจังหวะชนิดที่รุนแรงตามาอาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้

การตรวจภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ

ทำได้โดยการตรวจคลื่นหัวใจขณะมีอาการ หรือติดเครื่องบันทึกการเต้นของหัวใจไว้กับตัวผู้ป่วย นอกจากนี้

อาจต้องตรวจดูว่าผู้ป่วยมีโรคหัวใจชนิดอื่นร่วมด้วยหรือไม่ ได้แก่ การตรวจสมรรถภาพหัวใจขณะออกกำลังกาย เพื่อดูความสัมพันธ์ของการออกกำลังกายกับการเต้นของหัวใจ การตรวจหัวใจด้วยคลื่นเสียงสะท้อนความถี่สูง การตรวจโดยวิธี Tilt Table Test คือการทดสอบภาวะการเป็นลมหมดสติโดยการปรับระดับเตียง เพื่อทดสอบในผู้ป่วยที่มีอาการเป็นลมบ่อยๆ และยังมีมีการตรวจหัวใจโดยใช้ Computer ชนิด CT Scan 64 Slice และ Cardiac MRI รวมทั้งการฉีดสีผ่านสายสวนหัวใจ เป็นต้น

วิธีการรักษาโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ

หลังทราบชนิดและสาเหตุของหัวใจเต้นผิดจังหวะแล้ว ก็ต้องรักษาตามสาเหตุ ซึ่งมีตั้งแต่ไม่ต้องทำอะไร เพียงแต่ต้องระวังสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดภาวะเต้นผิดจังหวะ การกินยา การรักษาโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะจากการขาดเลือดโดยการทำบอลลูนขยายหลอดเลือดหัวใจ การจี้กล้ามเนื้อหัวใจบริเวณที่ลัดวงจรด้วยคลื่นวิทยุความถี่สูง และการฝังเครื่องกระตุ้นหัวใจหรือเครื่องกระตุกหัวใจในผู้ป่วยที่มีข้อบ่งชี้

(ต่อด้านหลัง)



มอทยา-จรรยาลักษณ์ ปทุมสูตร หัวหน้าแผนกตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลเชียงใหม่ ราม มอทยาสามัญประจำบ้านและเวชภัณฑ์แก้ตัวแทนชมรมอาสาพัฒนาและบำเพ็ญประโยชน์ สโมสรนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อนำมอบแก่หมู่บ้านโป่งลมแรงและหมู่บ้านป่ากล้วย ต.แม่วิน อ.แม่วาง จ.เชียงใหม่ ตามโครงการค่ายอาสาพัฒนาและบำเพ็ญประโยชน์

ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองด้วยวิถีตามธรรมชาติ เพื่อช่วยบรรเทาอาการหัวใจเต้นผิดจังหวะ และป้องกันการเกิดโรคได้ ด้วยการผ่อนคลายความเครียด งดเครื่องดื่มชา กาแฟ เครื่องดื่มชูกำลัง และน้ำอัดลม นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ รวมถึงการรับประทานอาหารที่เหมาะสม ก็เป็นอีกปัจจัยเสริมที่จะช่วยลดการเกิดโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะได้

**โรงพยาบาลไทยนครินทร์
โทร.0-2361-2727**