

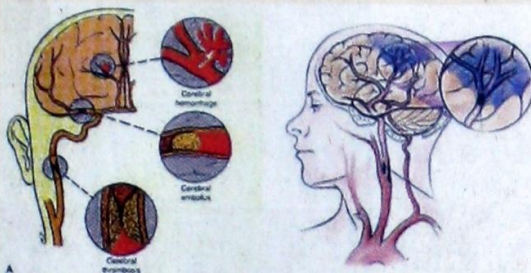
คม·สด·ลึก

ปีที่ 12 ฉบับที่ 4326 วันเสาร์ที่ 24 สิงหาคม พ.ศ. 2556 หน้า 8

องค์การอนามัยโลก (WHO) ประมาณการว่า ทุกปีจะมีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองมากกว่า 15 ล้านคนทั่วโลก ซึ่งในจำนวนนี้ 5 ล้านคนพิการถาวร อีก 5 ล้านคนเสียชีวิต และอีก 2 ใน 3 อยู่ในประเทศกำลังพัฒนา คาดว่าปี พ.ศ. 2563 จะมีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเพิ่มขึ้นทั่วโลกเป็น 2 เท่า ในส่วนของประเทศไทยคาดว่าจะมีผู้ป่วยรายใหม่ในแต่ละปีประมาณ 150,000 ราย พบความชุกโรคหลอดเลือดสมอง อัมพฤกษ์ อัมพาต เพิ่มขึ้นเป็น 0.5 ล้านคน ต้องเสียค่ารักษาประมาณ 20,632 ล้านบาทต่อปี

พญ.ทัศนีย์ ดันดิฤทธิศักดิ์ นายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญสาขาประสาทวิทยา หัวหน้ากลุ่มงานประสาทวิทยา สถาบันประสาทวิทยา อธิบายว่า โรคหลอดเลือด

ของหลอดเลือดแดงลง เลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ ทำให้เนื้อสมองตายเป็นบริเวณกว้างหรือเกิดจากมีลิ่มเลือดหลุดจากที่อื่น เช่น จากหัวใจมาอุดตันหลอดเลือดสมอง มักพบในผู้ป่วยที่เป็นโรคหัวใจ เช่น โรคหัวใจรูมาติก กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด หัวใจเต้นผิดจังหวะ ทำให้สมองบางส่วนขาดเลือด



เอกซเรย์คลื่นแม่เหล็ก ในบางรายจะได้รับการตรวจหัวใจ Echocardiogram และตรวจอัลตราซาวนด์หลอดเลือดใหญ่ที่คอ เพื่อวินิจฉัยประเมินความรุนแรง และพยากรณ์โรค ถ้าผู้ป่วยมาพบแพทย์โดยเร็วหลังมีอาการ แพทย์จะพิจารณาให้ยาฉีดละลายลิ่มเลือด รวมทั้งรักษาโรคที่เป็นปัจจัยเสี่ยง ส่วนการรักษาโดยการ

ผ่าตัด มีประโยชน์ต่อผู้ป่วยที่พบการแตกในตำแหน่งที่สามารถผ่าตัดได้ หรือสมองบวม

การรักษาทางเวชศาสตร์ฟื้นฟู เพื่อลดความพิการ ป้องกันภาวะแทรกซ้อน ทำให้ผู้ป่วยช่วยเหลือตนเองได้ตามศักยภาพของผู้ป่วย ประกอบ

ด้วยการทำกายภาพบำบัด เพื่อฝึกให้ผู้ป่วยทรงตัว นั่ง ยืน หรือเดินได้ การทำกิจกรรม

โรคหลอดเลือดสมอง ป้องกันได้ ก่อนเป็นอัมพาต

เลือดหัวใจ หรือ Stroke หรือที่คนไทยเรียกว่า อัมพฤกษ์ อัมพาต คือภาวะที่มีการแตกหรือตีบของเส้นเลือดในสมอง แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ชนิดแตก และชนิดตีบ/อุดตัน ซึ่งทั้ง 2 ประเภทมีสาเหตุการเกิดโรคแตกต่างกัน

ชนิดแตก เกิดจากมีเลือดออกในเนื้อสมอง จากผนังเส้นเลือดเสื่อมสภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีความดันโลหิตสูงนานๆ หรือควบคุมความดันโลหิตได้ไม่ดี หรือเลือดออกในเนื้อสมองจากการที่เส้นเลือดมีสารอะโรลยต์สะสม ทำให้เส้นเลือดแตก การแตกของเส้นเลือดไปงอก ในช่องที่อยู่ของน้ำไขสันหลัง ผู้ป่วยมักมีโรคความดันโลหิตสูงร่วมด้วย เส้นเลือดดำและแดงต่อกันผิดปกติ ทำให้มีเลือดออกทั้งในเนื้อสมอง และในช่องที่อยู่ของน้ำไขสันหลัง มักพบในผู้สูงอายุ ไม่ทราบสาเหตุ หรือเกิดจากการแตกของหลอดเลือดสมอง ทำให้มีเลือดออกมาข้าง และทำลายเนื้อสมองในบริเวณนั้น นอกจากนี้อาจกดเบียดสมองส่วนที่อยู่ใกล้เคียง ทำให้สมองส่วนนั้นทำหน้าที่ไม่ได้ตามปกติ เกิดอาการอัมพฤกษ์ หรืออัมพาต

ชนิดตีบ/อุดตัน เกิดจากเส้นเลือดใหญ่ในสมองแข็งและตีบตัน อาจเกิดจากมีแคลเซียมหรือตะกอนไขมัน ไปเกาะหลอดเลือด ทำให้รู



ทัศนีย์ ดันดิฤทธิศักดิ์

“โรคนี้มักมีอาการเริ่มจากกล้ามเนื้อแขนขาอ่อนแรง หรือไม่มีแรงครึ่งซีก เกิดขึ้นทันทีทันใด หรืออาการชาของแขนหรือขา ซีกใดซีกหนึ่งของร่างกายเป็นครั้งคราว มีอาการสับสน ระดับการรับรู้เปลี่ยนแปลงไป พูดลำบาก กระตุก หรือพูดไม่ชัดชั่วคราว บางครั้งนึกคำพูดไม่ออก ตามีหรือมองไม่เห็นไปชั่วคราว หรือการมองเห็นผิดปกติ เห็นภาพซ้อน วิงเวียนบ้านหมุน เดินเซหรือเป็นลม ไม่สามารถทรงตัวได้ ปวดศีรษะอย่างรุนแรง ชนิดที่ไม่เคยปวดมาก่อน และกลืนอาหารสำคัญบ่อยๆ ควรนำผู้ป่วยมาโรงพยาบาลภายใน 4 ชั่วโมงครึ่ง เพื่อแพทย์จะรักษาได้ทันที่”

ปัจจัยเสี่ยงของโรคหลอดเลือดสมองประกอบด้วย 8 ปัจจัย ได้แก่ ภาวะความดันโลหิตสูง เป็นโรคเบาหวาน ระดับคอเลสเตอรอลในเลือดสูง ประวัติญาติสายตรงเคยเจ็บป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมอง ขาดการออกกำลังกายที่เหมาะสม มีภาวะน้ำหนักเกิน สูบบุหรี่ และภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ (Atrial Fibrillation)

เมื่อผู้ป่วยไปถึงโรงพยาบาลจะได้รับการตรวจร่างกาย เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ หรือ

บำบัดเพื่อให้แขน หรือมือ ใช้งานได้มากขึ้น ประกอบกิจกรรมประจำวันได้ เช่น ใส่เสื้อผ้า ล้างหน้า แปรงฟัน เข้าห้องน้ำ เป็นต้น หรือเพื่อฝึกกล้ามเนื้อให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารได้ การแก้ไขการพูดเพื่อฝึกออกเสียง หรือเพื่อให้ผู้ป่วยพูดคล่องขึ้น นอกจากนี้ ในผู้ป่วยบางรายอาจต้องใช้กายอุปกรณ์เสริมเพื่อให้เหมาะสมกับความพิการ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ป่วยช่วยเหลือตนเองได้ตามศักยภาพของผู้ป่วย เข้าสู่สังคมได้ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

พญ.ทัศนีย์ แนะนำแนวทางการปฏิบัติตัวเพื่อลดความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมองอย่างง่ายว่า ควรตรวจสุขภาพประจำปี เพื่อค้นหาปัจจัยเสี่ยง เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ถ้าพบปัจจัยเสี่ยง ต้องรักษาและพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ ห้ามหยุดยาเอง โดยเด็ดขาด ออกกำลังกายวันละ 30 นาที อย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์ อย่าย่ำปล่อยให้อ้วน และลดการบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม ควรเพิ่มผักผลไม้ งดบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และงดสูบบุหรี่ สุดท้ายต้องลดความเครียด และพักผ่อนให้เพียงพอ

ผู้ที่ เป็นโรคหลอดเลือดสมองแล้ว จะมีโอกาสเป็นซ้ำได้สูงกว่าคนปกติ นอกจากปฏิบัติตามที่กล่าวมาแล้ว ในกรณีที่เป็นชนิดตีบหรืออุดตัน แพทย์จะรักษาโดยให้รับประทานยาเพื่อป้องกันการเกิดโรคซ้ำ