



โรคหัวใจขาดเลือด หากเหนื่อยหอบ จุกเสียดที่หน้าอก คลื่นไส้ รีบโทรแจ้งสายด่วน 1669

สาเหตุ

หลอดเลือดแดงที่นำเลือดและออกซิเจนไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจเกิดภาวะแข็งตัว มีไขมันเกาะทำให้หลอดเลือดแดงตีบ ส่งผลให้ปริมาณเลือดผ่านได้น้อย

อาการ

เสียดที่หน้าอกหรือทรวงส่วนบน แน่นเหนื่อย หายใจไม่สะดวก คลื่นไส้ เวียนศีรษะ

ปัจจัยเสี่ยง

กินอาหารรสหวาน มัน เค็ม ไม่ออกกำลังกาย เครียด สูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์

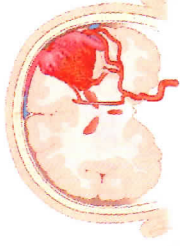


หากผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจได้รับการรักษาที่ทันเวลา
คือ ภายใน 3 ชั่วโมง หลังจากเกิดอาการ
สามารถลดอัตราการเสียชีวิตและพิการลงได้
โดยแพทย์จะรักษาด้วยการให้ยาละลายลิ่มเลือด หรือ “สวนเส้นหัวใจ”

รู้ทัน
โรค

โรคหลอดเลือดสมอง(Stroke) มองกันได

ณัฐวรรณ พันธุ์บุษ, วิศวกรต้น ค่ำภา

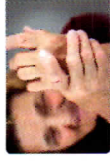


โรคหลอดเลือดสมอง(Stroke) หรือโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต เกิดจากภาวะที่สมองขาดเลือดไปเลี้ยง เกิดจากการทำลายเนื้อสมอง ส่งผลให้มีอาการ แขน ขาข้างใดข้างหนึ่งชาหรืออ่อนแรง ปากเบี้ยว พูดไม่ชัด กลืนลำบาก หมดสติหรืออัมพาตซีก หรือหมดสติ ส่วนมากจะเกิดขึ้นทันทีทันใด อาการและความรุนแรงขึ้นอยู่กับตำแหน่งที่ขาดเลือดไปเลี้ยง และการถูกทำลายของเนื้อสมอง หลังจากเกิดอาการแล้ว จะมีการเปลี่ยนแปลงได้หลายลักษณะ บางคนจะกลับเป็นปกติภายใน 24 ชั่วโมง เรียกว่า สมองขาดเลือดชั่วคราว ซึ่งถือเป็นอาการเตือน บางคนอาการจะคงอยู่ 1-3 วัน แรกจากหลอดเลือดสมองมีการอุดตันมากขึ้นหรือบางคนเกิดปัญหาสมองวม ตามมาซึ่งอาจทำให้อาการรุนแรงขึ้น ซึ่งโดยทั่วไปมักเกิดภายใน 3-7 วันแรก หลังจากพบระยะจะมีไปจะเป็นช่วงการฟื้นฟู ซึ่งแต่ละคนจะมีการฟื้นตัวได้ไม่เท่ากัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับตำแหน่งที่เป็นและได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที ภายใน 4 ชั่วโมง โดยการฉีดยาละลายลิ่มเลือดทางหลอดเลือดดำ ถ้าผู้ป่วยได้รับการดูแลเร็วตั้งแต่แรกจะสามารถลดอัตราตายหรือความพิการลงได้มาก หรือสามารถกลับมาใช้ชีวิตแบบปกติได้

อาการเตือนเรื่ออาการรสมองทางหลอดเลือด



ปากเบี้ยว คมับ
แขน ขาอ่อนแรง
ข้างใดข้างหนึ่ง



แขน ขาอ่อนแรง
ข้างใดข้างหนึ่ง



ปากเบี้ยว พูดไม่ชัด



โทรขอความช่วยเหลือ
โทรแจ้ง 1669

การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

หยุดกิจกรรมทุกอย่างที่กำลังทำอยู่
ไปนอนราบเพื่อป้องกันการกลืนบาทเจ็บที่ศีรษะ
ผู้ป่วยที่ทนคสดี ให้ตะแคงหัวหรือหันหน้าไปข้างใดข้างหนึ่ง
รับแพทย์ไปโรงพยาบาลทันทีไม่ว่าจะมีอาการหนักหรือเบา

น้ำซึ่กึ่งถึงรักที่กึ่งก็มิเกือโรคหลอดเลือดสมอง

1. โรคความดันโลหิตสูง
2. โรคเบาหวาน
3. การสูบบุหรี่
4. ไขมันในเลือดสูง
5. โรคหัวใจ
6. การไม่ออกกำลังกาย
7. ผู้สูงอายุ
8. ผู้ที่มีเอ แม่ พี่ น้องเป็นโรคหลอดเลือดสมอง

คำย่อช่วยจำอาการเตือน "F.A.S.T." มาจาก
F = Face เวลายิ้มแฉ่งแฉ่งปากข้างหนึ่งตก
A = Arms ยกแขนไปขึ้น 1 ข้าง
S = Speech มีปัญหาการพูด พูดไม่ชัด
T = Time ผู้มีอาการดังกล่าวต้องรีบไปโรงพยาบาล
เพื่อรับการรักษาทันทีโดยด่วน ภายใน 4 ชั่วโมงจะได้
หน่วยรักษาชีวิตและสามารถฟื้นฟูกลับมาได้เป็นปกติ
หรือใกล้เคียงคนปกติมากที่สุด

นอกจากนี้ยังมีสัญญาณอื่น ๆ อีก ได้แก่

โรคอ้วน โรคเลือด การดื่มสุรา ภาวะเครียด ขาดการพักผ่อน

การมองเห็นที่ผิดปกติของโรคหลอดเลือดสมอง

- ตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี วัดความดันโลหิตอย่างน้อยปีละครั้ง
- ตรวจระดับน้ำตาลและไขมันในเลือดตามแพทย์แนะนำ ถ้าผิดปกติต้องควบคุม ปฏิบัติตัว และติดตามการรักษาอย่างสม่ำเสมอ
- เลิกสูบบุหรี่
- ลดน้ำหนักถ้ามีน้ำหนักเกิน
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอถ้ามีอาการผิดปกติต้องรีบไปพบแพทย์

