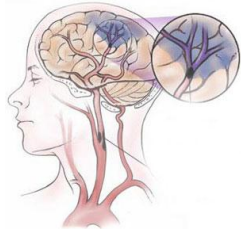


โรคเส้นเลือดสมอง (stroke) คือ ภาวะที่สมองขาดเลือดไปเลี้ยงเนื่องจากหลอดเลือดตีบ หลอดเลือดอุดตัน หรือหลอดเลือดแตก ส่งผลให้เนื้อเยื่อในสมองถูกทำลาย การทำงานของสมองหยุดชะงักมีระดับขั้นของความรุนแรงเป็น 2 ระยะคือ

ระยะที่ 1 อาการเส้นเลือดตีบและตัน ทำให้เลือดไหลเวียนได้ไม่สะดวกและติดขัด สมองจึงได้รับออกซิเจนไม่เพียงพอ จะมีอาการที่เกิดขึ้นเบื้องต้นในระยะนี้ เช่น ชาตามร่างกายตามมือ เท้า หรืออาจหมดสติได้ หากผู้ป่วยมีอาการดังกล่าวควรไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุด หรือภายใน 2-3 ชั่วโมงแรกที่ปรากฏอาการ



ระยะที่ 2 เส้นเลือดในสมองแตก ระยะนี้ถือเป็นระยะอันตราย เนื่องจากเป็นภาวะที่มีเลือดออกในสมอง จะต้องนำผู้ป่วยไปถึงมือหมอโดยเร็วที่สุดแล้ว และต้องรักษาด้วยการผ่าตัดช่วยเหลือน้อย่างเร่งด่วน เนื่องจากกลุ่มนี้มีความเสี่ยงที่จะทุพพลภาพ หรืออาจฟื้นตัวได้ช้ากว่าระยะแรก

ปัจจัยเสี่ยงของโรคเส้นเลือดสมอง

ปัจจัยเสี่ยงที่ป้องกันไม่ได้

- **อายุ** เมื่ออายุมากขึ้นมีไขมันและหินปูนมาเกาะ รูที่เลือดไหลผ่านจะแคบลงเรื่อยๆ



- **เพศ** พบว่าเพศชายมีความเสี่ยงกว่าเพศหญิง
- **ภาวะการแข็งตัวของเลือดเร็วกว่าปกติ**
-

ปัจจัยเสี่ยงที่ป้องกันได้

- **ความดันโลหิตสูง**
- **โรคเบาหวาน** มีโอกาสเป็นมากกว่าคนปกติ 2-3 เท่า

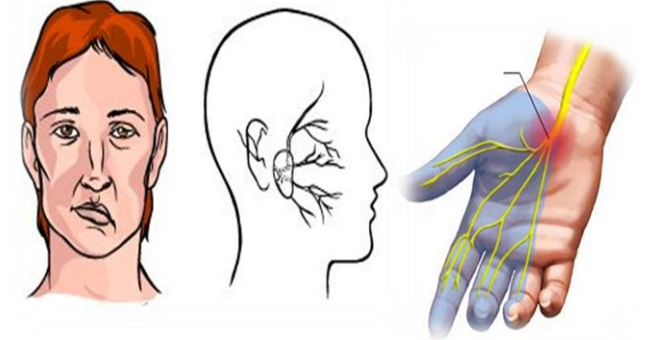


- **ไขมันในเลือด**
- **โรคหัวใจ** เช่น โรคลิ้นหัวใจผิดปกติ
- **หัวใจเต้นผิดจังหวะ**
- **การสูบบุหรี่**
- **ยาคุมกำเนิด**
- **โรคซิฟิลิส**
- **การขาดการออกกำลังกาย**



อาการเตือนที่สำคัญของโรค

- **ชาหรืออ่อนแรง** ที่ใบหน้าและ/หรือบริเวณแขนขาครึ่งซีกของร่างกาย
- **พูดไม่ชัด** ปากเบี้ยว มุมปากตก น้ำลายไหล กลืนลำบาก



- **ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ** ทันทีทันใด
- **ตามัว** มองเห็นภาพซ้อนหรือเห็นครึ่งซีก หรือตาบอดข้างเดียวทันทีทันใด
- **เดินเซ** ทรงตัวลำบาก



การป้องกัน โรคเส้นเลือดสมอง

- งดสูบบุหรี่
- ควบคุมอาหาร อย่ายำให้น้ำหนักตัวเกินเกณฑ์มาตรฐาน
- ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ควบคุมระดับไขมันในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- ถ้าเป็นเบาหวาน ควรรักษาระดับน้ำตาลให้ใกล้เคียงปกติมากที่สุด
- หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



- ถ้าเป็นโรคความดันโลหิตสูง ควรดูแลความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- หากมีอาการผิดปกติ เช่น แขนขาอ่อนแรง ปากเบี้ยว พูดลำบาก เวียนศีรษะ มองเห็นภาพซ้อนควรรีบพบแพทย์โดยเร็วที่สุด

- ควรตรวจวินิจฉัยโรคหัวใจเพื่อตรวจหาความเสี่ยง เพราะอาจเกิดลิ่มเลือดในหัวใจ หลุดเข้าไปอุดตันในหลอดเลือดสมองได้



การรักษา

▶ รักษาโดยการให้ยาบางประเภท เพื่อให้เซลล์สมองเสียหายน้อยที่สุด โดยระยะแรกๆ ควรจะดูแลผู้ป่วย อย่างใกล้ชิด เพื่อสังเกตอาการแทรกซ้อน บำบัดรักษาโรคอื่นๆ ของผู้ป่วย เช่น โรคเบาหวาน ความดันสูง โรคไต ปอดบวม กลืนลำบาก เป็นต้น



▶ ใช้กายภาพบำบัดในรายที่เป็นอัมพาต ไม่ว่าจะเป็นการฝึกนั่ง ยืน เดิน การฝึกกลืน ฯลฯ

▶ ในรายที่ซึมเศร้า เป็นปัญหาที่พบบ่อยในผู้ป่วยที่เป็นโรคอัมพาต มักจะให้การรักษาโดยใช้จิตบำบัดร่วมด้วย



โรคเส้นเลือดสมอง (stroke)



คณะทำงานอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมด้านการสื่อสารและประชาสัมพันธ์
โรงพยาบาลพนมสarakam