



## โรคหัวใจขาดเลือด คือภาวะที่หัวใจได้รับ

เลือดไปเลี้ยงไม่พอ เกิดได้จากสาเหตุหลายอย่าง แต่ที่พบบ่อยที่สุดเกิดจากหลอดเลือดหัวใจตีบ จากภาวะหลอดเลือดแข็ง มักพบใน คนอายุมาก เนื่องจากมีไขมันและหินปูนไปจับ



## อาการสำคัญของโรค

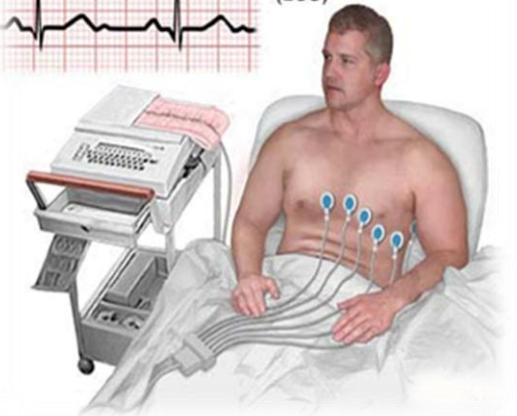
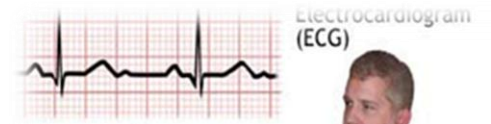
- แน่น/จุกที่หน้าอก ลึนปี่ หรือปวดร้าวคอ ขากรรไกร ข้อศอก หลัง
- เมื่อยล้าโดยไม่มีสาเหตุ ที่แขน หรือที่มือ หรือที่ขากรรไกร
- หายใจไม่ออก หอบเหนื่อย หรือหายใจเหมือนคนเป็นหืด
- ใจเต้นผิดปกติ เต็ม ๆ หยุด หรือเต้นแรงเป็นบางครั้ง
- เวียนศีรษะ หน้ามืดจะเป็นลม หรือหมดสติเนื่องจาก
- คลื่นไส้ อาเจียน เหงื่อออก



## ปัจจัยที่ทำให้เกิดโรค



- กรรมพันธุ์
- เพศและอายุ มักเป็นในเพศชายและคนอายุมากกว่า 65 ปี
- การสูบบุหรี่และการดื่มกาแฟเกินควร
- โรคบางอย่าง เช่น โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง
- ความอ้วน
- การรับประทานอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ
- ความเครียดและความโกรธ
- ผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจหนา
- การอักเสบเหงือกหรือฟัน



## เราจะรู้ว่าเป็นโรคนี้ได้อย่างไร

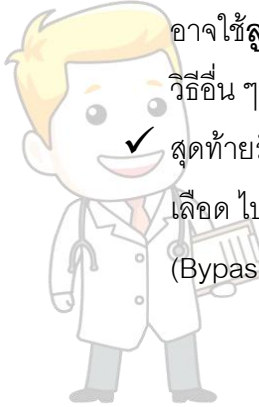
โดยการไปหาแพทย์ แพทย์จะวินิจฉัยโรคนี้

โดยอาศัยประวัติการตรวจร่างกาย ตรวจเลือด การตรวจคลื่นหัวใจ (E.K.G.) ขณะพัก หากข้อมูลไม่เพียงพอ ที่จะวินิจฉัยโรค แพทย์ จะแนะนำให้ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ ขณะออกกำลังกายเพิ่มเติม เรียกว่า "Exercise Stress Test"



## การรักษาโรคหัวใจขาดเลือด

- ✓ รักษาด้วยยาพิจารณาเลือกใช้ยา streptokinase เป็น อันดับแรก
- ✓ หากไม่ดีขึ้นรักษาโดยการขยายหลอดเลือด อาจใช้ลูกโป่ง(Balloon) หรือใส่ขดลวดหรือวิธีอื่น ๆ
- ✓ สุดท้ายรักษาโดยการผ่าตัดทำทางเบี่ยงให้เลือด ไปเลี้ยงหัวใจ เรียกว่าทำ"บายพาส" (Bypass Graft)



## การป้องกันการเกิดโรค

- ไม่สูบบุหรี่
- ควบคุมความดันโลหิต และเบาหวานให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- บริโภคอาหารไขมันต่ำ หรือ รับประทานยาลดไขมันในรายที่จำเป็น
- ควบคุมน้ำหนัก ให้อยู่ในเกณฑ์ที่พอเหมาะ
- ออกกำลังกาย แบบแอโรบิคอย่างสม่ำเสมอ
- ฝึกสมาธิ ทำจิตใจให้ผ่องใส

# เจ็บหน้าอก

## สัญญาณอันตรายรีบพบแพทย์



01 เจ็บอกด้านซ้าย บางครั้งร้าวไปที่คอ

02 เจ็บแน่นๆ ในอก รู้สึกอึดอัด

03 กดหน้าอกไม่เจ็บ

04 อาการเจ็บจะสัมพันธ์กับการออกกำลังกาย

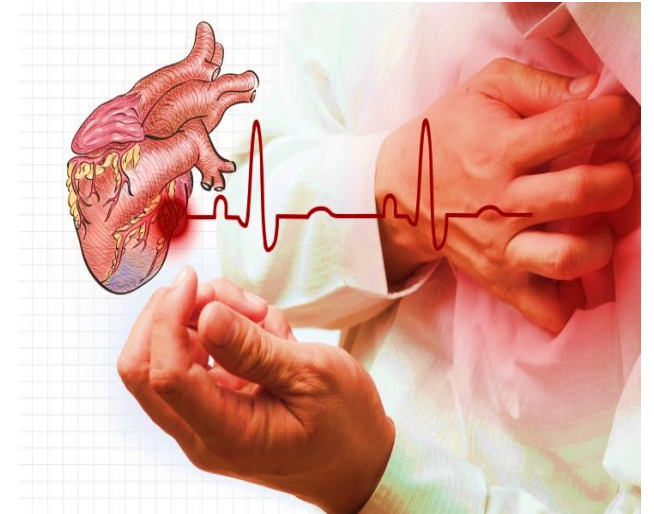
05 มีเหงื่อแตก หน้ามืด เป็นลม

06 เป็นอยู่หลายครั้ง

อ้างอิง : มูลนิธิหัวใจแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ สถาบันโรคทรวงอก



## โรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน



โดย  
 คณะทำงานอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม  
 ด้านการสื่อสารและประชาสัมพันธ์  
 โรงพยาบาลพนมสารคาม