



อัมพฤกษ์อัมพาต ในผู้สูงอายุ

อัมพฤกษ์อัมพาต เป็นอาการที่คนทั่วไปโดยเฉพาะผู้สูงอายุ จะเกรงกลัวกันมาก ซึ่งอาการดังกล่าวหมายถึง การที่แขนขาอ่อนแรงซีกใดซีกหนึ่ง และมักจะไม่ว่างหรือหายแต่ไม่หายสนิท ใช้เวลาฟื้นฟูสมรรถภาพค่อนข้างนาน มีความพิการหลงเหลืออยู่บ้าง ไม่มากก็น้อย **สาเหตุของอาการดังกล่าว มีได้หลายอย่าง แต่ที่พบบ่อยที่สุด คือ ประมาณ 80-90% ก็คือ โรคหลอดเลือดสมอง** ที่เหลือก็เป็นสาเหตุอื่นๆ เช่น เนื้องอกในสมอง ฝีในสมอง เป็นต้น

เส้นเลือดสมองตีบหมายถึงอะไร

เส้นเลือดสมองตีบ เป็นโรคหนึ่งซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มใหญ่ที่เรียกว่า โรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งประกอบไปด้วย 3 โรคหลักๆ ได้แก่ เส้นเลือดสมองตีบ แตก และ อุดตัน โดยที่เส้นเลือดสมองตีบ เป็นแบบที่พบได้มากที่สุด (80-85%)

เส้นเลือดที่ตีบเกิดจากการหนาตัวของผนังหลอดเลือด รวมทั้งอาจมีเกล็ดเลือด หรือองค์ประกอบอื่นๆ ของเลือด มาสะสมตามผนังหลอดเลือด ซึ่งจะทำให้เลือดไหลผ่านได้น้อยลง ถ้าเป็นมาก ก็จะทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอเพียง และเกิดความเสียหายต่อเซลล์สมองบริเวณนั้นๆ

มีอาการอย่างไรได้บ้าง

เนื่องจากสมองมีหลายส่วน แต่ละส่วนมีหน้าที่แตกต่างกันไป ดังนั้น อาการในผู้ป่วยแต่ละคน ขึ้นกับบริเวณของสมองที่มีเส้นเลือดตีบ อาการที่พบได้แก่

- แขนขาอ่อนแรง หรือขาซีกใดซีกหนึ่ง (บางกรณีอาจเป็น ทั้ง 2 ซีก)
- ลิ้นแข็ง พูดไม่ชัด หรือสับสน
- พูดไม่ได้ หรือฟังไม่รู้เรื่อง (มีปัญหาด้านความเข้าใจภาษา)
- เวียนศีรษะมาก เดินเซ แบบที่ไม่เคยเป็นมาก่อน

● มองไม่เห็นซีกใดซีกหนึ่ง

โดยลักษณะสำคัญของอาการที่เกิดขึ้นคือ เป็นค่อนข้างเร็ว กะทันหัน ภายในเวลาเป็นนาที หรืออาจเป็นหลังตื่นนอน โดยที่ก่อนเข้านอนยังปกติอยู่

ใครมีโอกาสเป็นบ้าง

อายุที่มากขึ้น ถือเป็นปัจจัยเสี่ยงของโรคนี้ที่ไม่สามารถป้องกันได้ แต่ปัจจัยเสี่ยง ที่เราสามารถควบคุมได้ยังมีอีกหลายอย่าง ซึ่งถ้าเราคุมได้ดี ก็จะสามารถลดโอกาส การเกิดอัมพฤกษ์อัมพาตได้มาก แม้จะไม่ 100% ก็ตาม ปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวได้แก่

- ความดันโลหิตสูง
- เบาหวาน
- ไขมันในเลือดสูง
- การสูบบุหรี่
- โรคหัวใจบางชนิด

วินิจฉัยอย่างไร

อาศัยการซักประวัติ ตรวจร่างกายทั่วไป และการตรวจทางทางระบบประสาท และการทำเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT scan) ในบางรายหากสงสัยว่าอาจเป็นอย่างอื่น แพทย์ที่ตรวจอาจให้ตรวจสอบมอง ด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI) แทนการตรวจเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์ การทำ CT scan ของสมอง จะช่วยให้แยกได้ระหว่างเส้นเลือดตีบหรือแตก ซึ่งการรักษาจะต่างกันไป

รักษาให้หายขาดได้หรือไม่

ปัจจุบันยังไม่มียาใด ที่รักษาอาการที่เกิดขึ้นได้โดยตรง แต่ผู้ป่วยแต่ละคนมีโอกาสที่จะดีขึ้นได้เอง Fดยเน้นการทำการกายภาพบำบัดเป็นหลัก ซึ่งแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันไป ในเรื่องของ การฟื้นตัวว่าจะดีขึ้นได้ถึงระดับใด โดยอาจพอบอกแนวโน้มได้คร่าวๆ หลังเกิดอาการ 2-4 สัปดาห์ แต่ก็ไม่ได้ทำนายได้ถูกต้องแน่นอนเสมอไป เป็นเพียงแนวโน้ม เช่น ถ้าผ่านไป 2 สัปดาห์ อาการอ่อนแรงดีขึ้นมากพอสมควร ก็อาจบอกได้ว่ามีโอกาสที่จะฟื้นตัวได้มาก บางรายทำการกายภาพบำบัดไป 3-6 เดือน ไม่ค่อยดีขึ้นเท่าที่ควร ก็อาจมีแนวโน้มว่าจะใช้เวลานาน หรืออาจไม่ดีขึ้นกว่าเดิมมากนัก

ยาที่ใช้รักษามีอะไรบ้าง

ยาที่ใช้ในโรคนี้ ใช้เพื่อป้องกันการเกิดซ้ำ เนื่องจากถ้าเป็นครั้งหนึ่งแล้ว จะมีความเสี่ยงที่จะเป็นซ้ำได้ ยาที่สำคัญคือยาป้องกันเส้นเลือดตีบ ซึ่งแพทย์จะพิจารณาเป็นรายๆ ไป ไม่ควรซื้อทานเอง เนื่องจากอาจเกิดผลข้างเคียงได้

ยาที่มีความสำคัญมากอีกกลุ่มหนึ่ง คือยาที่ใช้คุมปัจจัยเสี่ยงในรายที่มีปัจจัยเสี่ยง เช่น ยาเบาหวาน ความดันสูง ไขมันในเลือดสูง เป็นต้น รวมทั้งการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง โดยเฉพาะการควบคุมอาหาร ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ ถ้าคุมโรคเหล่านี้ได้ดี โอกาสเป็นเส้นเลือดสมองตีบ ก็จะน้อยลงไปมาก

ควรดสูบบุหรี่ เนื่องจากเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ และการเลิกขึ้นอยู่กับจิตใจเท่านั้น โดยแทบไม่ต้องใช้ยาใดๆ

การทำการกายภาพบำบัด มีส่วนสำคัญที่สุดในการเพิ่มโอกาส ที่ทำให้ส่วนที่อ่อนแรง กลับมามีแรงมากขึ้นได้

ส่วนยาที่ทาน จะเน้นไปที่การป้องกัน การเกิดซ้ำของเส้นเลือดสมองตีบ ดังนั้น แม้ทานยาครบ แต่ไม่ค่อยทำ
กายภาพบำบัด ก็ไม่สามารถทำให้อาการดีขึ้นได้เท่าที่ควร

ยาบำรุงสมองช่วยได้หรือไม่

มีคนพูดถึงยาบำรุงสมอง แป๊ะก๊วย อาหารเสริม ฯลฯว่าจะช่วยให้อัมพาตหายได้หรือไม่ รวมทั้งการรักษาใน
แนวอื่นๆ อีกหลายรูปแบบ รวมทั้งยาฉีดบางชนิดที่ราคาแพง ซึ่งทุกอย่างดังกล่าวยังไม่มีหลักฐานที่เชื่อถือ
ได้ทางการแพทย์ว่าได้ผล และการรักษาบางอย่าง อาจเกิดผลเสียกับผู้ป่วยโดยไม่รู้ตัวได้ ถ้าไม่แน่ใจ จึงไม่
ควรทานหรือฉีด

ยาหม้อ เป็นยาที่นิยมมากโดยเฉพาะในต่างจังหวัด ซึ่งนอกจากไม่เกิดประโยชน์ต่อผู้ป่วยแล้ว ยังอาจเกิด
อันตรายได้หลายรูปแบบ แต่คนนิยมทาน เนื่องจากในยาหม้อ มีสารที่ทำให้ทานแล้วรู้สึกสบาย เหมือนจะดี
ขึ้น ซึ่งไม่ว่าเป็นโรคอะไรก็จะดีขึ้น แต่เป็นเพียงความรู้สึก และเป็นชั่วคราว ในระยะยาวไม่มีผล และสารนี้ทำ
ให้เกิดอาการตามมาได้หลายอย่าง เช่น น้ำตาลในเลือดสูง โรคกระเพาะ ภูมิคุ้มกันต่ำ ติดเชื้อง่าย หนาว
 ฯลฯ บางรายที่ทานนานๆ เมื่อหยุดทาน ก็เกิดอาการไม่สบายได้หลายรูปแบบ ยาหม้อจึงเป็นยา ที่ไม่ควร
ทานโดยเด็ดขาด

ทำไมบางคนหายหม้อพระ หรือทานยาหม้อแล้วหายดี กลับมาเดินได้

อย่างที่กล่าวในตอนต้น คือโรคนี้เป็นโรคที่ในระยะแรกๆ ทำนายได้ยาก ว่าแต่ละคนจะดีขึ้นได้แค่ไหน หรือใช้
เวลาเท่าใด บางรายอาจดีขึ้นเอง โดยไม่ได้ทานยาอะไรเลยก็เป็นได้ ดังนั้นในรายที่ทานยาหม้อ หรือรักษาแบบอื่นๆ ใดๆ
ก็ตามแล้วดีขึ้น มักเกิดจากการที่คนนั้นจะดีขึ้นเองอยู่แล้ว แต่บังเอิญไปทานยาหม้อด้วย คนจึงเข้าใจว่าดีจาก
ยาหม้อ แล้วจึงนำไปบอกกันปากต่อปาก จึงกลายเป็นที่นิยมกันไป แต่ในรายที่ไม่ดีขึ้น หรือเกิดผลข้างเคียง
จากยาหม้อ คนทั่วไปก็จะไม่ค่อยพูดถึง หรืออาจโทษว่า อาการที่แย่ลง เป็นจากตัวโรคเส้นเลือดสมองตีบ
เอง

ทำไมแพทย์มักมีอคติ หรือปิดกั้นการรักษาแบบอื่นๆ ที่ไม่ใช่แผนปัจจุบัน

แพทย์ไม่ได้ปิดกั้นหรือมีอคติใดๆ เนื่องจากแพทย์ทุกคนทราบว่ในเมื่อขณะนี้ แผนปัจจุบันยังไม่สามารถ
รักษา ให้หายสนิทได้ทุกราย ญาติผู้ป่วยก็อยากลองฟังการรักษาทางอื่นดูบ้าง เผื่อว่าอาจได้ผล แพทย์
ส่วนมากก็ให้ลองได้ แต่ต้องเป็นการรักษา หรือเป็นยาที่ไม่เกิดอันตรายใดๆ กับผู้ป่วย แต่การรักษาหลาย
อย่าง อาจเกิดอันตรายได้ เช่น ยาหม้อ การนวดโดยการเหยียบ การนอนในทรายดำ เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่
แพทย์จำเป็นต้องชี้แจง

นอกจากนี้ ยังมีอีกประเภทที่ต้องชี้แจง แม้อาจไม่มีอันตรายนัก แต่เกิดจากการหวังผลประโยชน์ของคนบาง
กลุ่ม โดยฉวยโอกาสบนความเดือดร้อน ของผู้ป่วยและญาติ เช่น อาหารเสริม เติงแม่เหล็ก วิตามินบาง
ชนิด ยาฉีดแพงๆ ซึ่งอ้างว่ามาจากเมืองนอก เป็นต้น โดยการโฆษณาชวนเชื่อ เกินความจริง ซึ่งปัจจุบันเริ่มมี
การเอาผิด ทางกฎหมายกับคนกลุ่มนี้แล้ว

สามารถป้องกันโรคเส้นเลือดสมองตีบได้หรือไม่

เนื่องจากเป็นโรคที่ถ้าเป็นแล้ว มักไม่หายสนิท เหลือความพิการอยู่บ้างไม่มากก็น้อย การป้องกันจึงมี
ความสำคัญอย่างยิ่ง ในรายที่มีปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวข้างต้น ควรควบคุมโรคเหล่านั้นให้ดี ไม่ขาดยา ตั้งใจ
ควบคุมอาหาร จะลดโอกาสการเป็นอัมพาตลงได้มาก รวมทั้งการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อน
เพียงพอ หลีกเลี่ยงของมีนเมา

ควรตรวจเลือดเพื่อหาปัจจัยเสี่ยงทุกปี โดยเฉพาะถ้าอายุมากกว่า 30-35 ปีขึ้นไป หรือมีประวัติคนใน
ครอบครัว มีโรคที่เป็นปัจจัยเสี่ยง เพราะเราอาจมีโรคเหล่านั้นได้ เนื่องจากส่วนมากเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับ
พันธุกรรม

การดูแลผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้แล้ว

หลักสำคัญๆ ได้แก่

1. ควบคุมปัจจัยเสี่ยงอย่างเคร่งครัด ห้ามขาดยา พบแพทย์ตามนัด
2. ทำกายภาพบำบัดอย่างต่อเนื่อง โดยอาจทำเองที่บ้านได้ หลังจากออกจากโรงพยาบาล
3. ให้กำลังใจผู้ป่วย เนื่องจากโรคนี้พบว่าผู้ป่วย มีโอกาสมากที่จะมีโรคซึมเศร้า หรือ เครียดร่วมด้วย ซึ่งเกิดจากการที่เคยทำอะไรได้ แล้วมาทำไม่ได้
4. ในรายที่เดินไม่ได้ นอนอยู่กับเตียง ต้องพลิกตัว จับนึ่งบ่อยๆ เพื่อป้องกันโรคแทรกซ้อน เช่น ปอดอักเสบ แผลกดทับ ทางเดินปัสสาวะอักเสบเป็นต้น ซึ่งแพทย์และพยาบาล จะสอนการดูแลเหล่านี้ รวมทั้งการให้อาหารทางสายยาง (ถ้าต้องใส่) ก่อนที่จะให้ผู้ป่วยกลับบ้าน

นพ.เชษม์ชัย เสือวรรณศรี
อายุรแพทย์ประสาทวิทยา



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
เราบริการสุขภาพง่ายๆ แค่นั่งคุยกัน...ก็ดีขึ้น...

Group.wunjun.com/Thatumhealthy

งานวิจัยศึกษาและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม

โทร.044-591126 ต่อ 116