

สถานการณ์ปัจจุบันของโรคหลอดเลือดสมอง

ศูนย์โรคหลอดเลือดสมอง

โรงพยาบาลศิริราช

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคหลอดเลือดสมองเป็นปัญหาสำคัญทั่วโลก ปัจจุบันมีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเกิดใหม่ราว 15 ล้านรายต่อปี ในจำนวนนี้เสียชีวิตประมาณ 5 ล้านราย ที่เหลือพิการเป็นส่วนใหญ่ ประมาณ 2 ใน 3 ของผู้ป่วยโรคนี้เกิดขึ้นในประเทศกำลังพัฒนาหรือด้อยพัฒนามวมถึงประเทศไทย สำหรับสถานการณ์ของโรคนี้ในประเทศไทยพบผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองประมาณ 1,880 รายต่อ แสนราย หรือร้อยละ 2 โดยประมาณ ปัจจุบันถือเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งในเพศหญิง รองจากอุบัติเหตุและมะเร็ง ดังนั้นจะเห็นว่าโรคหลอดเลือดสมองเป็นปัญหาสำคัญของประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในปัจจุบันที่กำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ซึ่งจะพบโรคนี้มากขึ้นเรื่อยๆถ้าประชาชนไม่ได้รับการป้องกันอย่างถูกวิธี

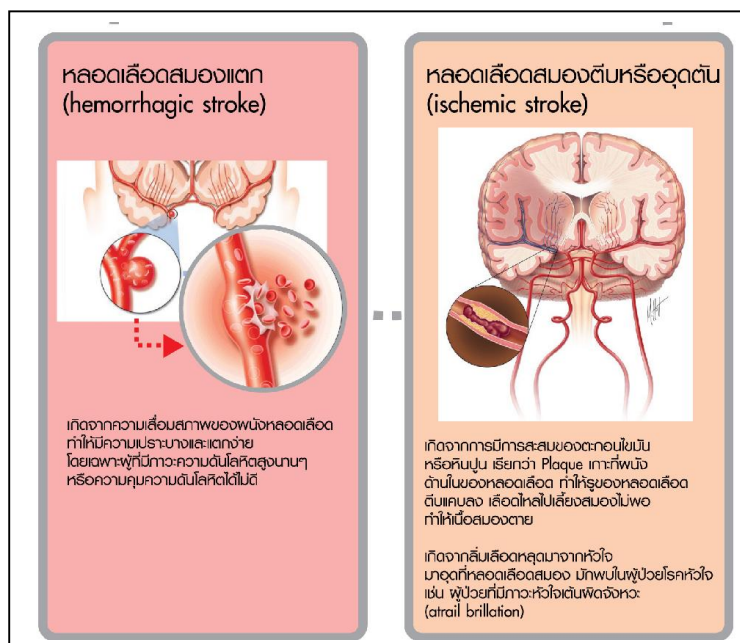
สำหรับคุณภาพการรักษาของประเทศไทย เคยมีการศึกษาในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดตีบหรืออุดตันเฉียบพลัน พบว่าในผู้ป่วย 100 คนที่ได้รับการรักษาตัวในโรงพยาบาล ณ วันที่กลับบ้าน จะเสียชีวิตประมาณ ร้อยละ 5 หายใกล้เคียงปกติร้อยละ 25 พักหรือร้อยละ 70 ซึ่งอัตราความพิการจะน้อยลงตามลำดับเมื่อเวลาผ่านไป นอกจากความพิการทางกายแล้ว ยังมีผลต่อความคิด การวางแผน ความจำ ทำให้เกิดความจำเสื่อมในระยะต่อมา ซึ่งมักถูกมองข้ามไปในผู้ป่วยส่วนใหญ่



โรคหลอดเลือดสมองแบ่งออกเป็นกี่ประเภท

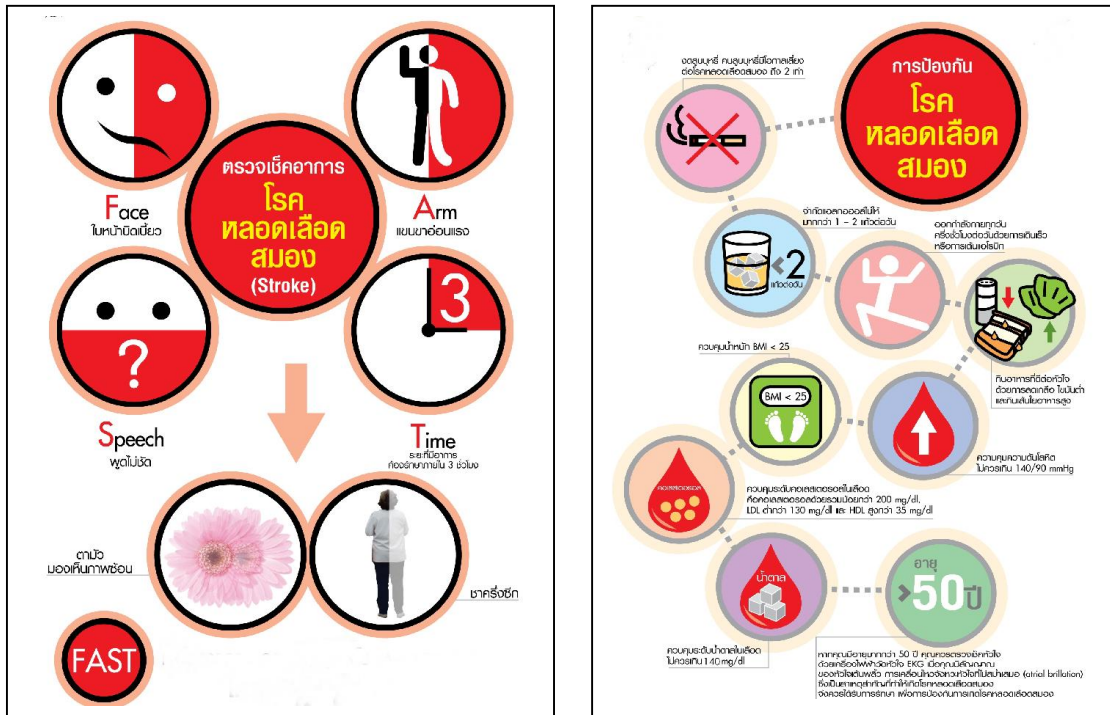
โรคหลอดเลือดสมอง แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ชนิดแตก และชนิดตีบ ชนิดตีบพบร้อยละ 80 อาการสำคัญของโรคนี้คือ อ่อนแรงหรือชาครึ่งซีก พูดไม่ได้ กลืนลำบาก มองเห็นภาพซ้อนหรือมองไม่เห็น เดินเซ สามารถจำเป็นอักษรย่อว่า F.A.S.T โดยอักษร F ย่อมาจาก FACE คืออาการหน้าเบี้ยว หรือมุมปากไม่เท่ากัน อักษร A ย่อมาจาก ARM คืออาการแขนอ่อนแรงครึ่งซีก ยกไม่ขึ้น อักษร S คือ SPEECH ผู้ป่วยจะมีอาการพูดไม่ได้ หรือพูดไม่ชัด อักษร T คือ TIME เพื่อเน้นความสำคัญของเวลา โดยเมื่อเกิดอาการดังกล่าวต้องมาโรงพยาบาลทันที

ที่ผ่านมาความเข้าใจผิดเกิดขึ้นว่า เมื่อคนไข้มีอาการต้องมาโรงพยาบาลภายใน 3 หรือ 4 ชั่วโมง แต่ในความเป็นจริงแล้วคนไข้ควรมาโรงพยาบาล**เร็วที่สุด** เนื่องจากยิ่งรักษาเร็วยิ่งได้ผลดี กล่าวคือคนไข้ที่ได้รับการยาละลายลิ่มเลือดเร็วภายใน 90 นาทีแรกหลังเกิดอาการ จะมีโอกาสหายเป็นปกติถึง 3 เท่า ของกลุ่มที่ไม่ได้รับยา แต่ถ้าให้ยาที่เวลา 3 ถึง 4.5 ชั่วโมง ผู้ป่วยจะมีโอกาสเพียง 1.2 หรือ 1.3 เท่าที่จะหายเป็นปกติเมื่อเทียบกับผู้ป่วยที่ไม่ได้ยา ดังนั้น ขอเน้นว่า “เร็วที่สุด” ยิ่งเร็วยิ่งดี ยิ่งรักษาเร็วจะมีโอกาสหายมาก ผลแทรกซ้อนต่ำ ความพิการน้อยลง



FAST เป็นอักษรย่อที่บ่งถึงอาการที่พบบ่อย แต่อย่างไรก็ตามยังมีอาการอื่นๆของโรคหลอดเลือดสมองที่พบไม่บ่อย เช่น ตามัวไม่เห็นชั่วขณะ สองข้างหรือข้างใดข้างหนึ่ง หรืออาการชาเป็นซีก ตามองภาพซ้อน เดินเซ ปวดศีรษะเฉียบพลันรุนแรง อย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อน บางครั้งผู้ป่วยมีอาการเหล่านี้เป็นอาการเตือน เช่น อ่อนแรงครึ่งซีกนาน 10 นาที แล้วหายเป็นปกติ หรือตามองไม่เห็น 10 – 15 นาที แล้วหายเป็นปกติ คนทั่วไปไม่รู้ไม่เข้าใจมักปล่อยผ่านไป ดังนั้นหากมีอาการเช่นที่กล่าวมา ถึงแม้เป็นชั่วขณะก็ควรรีบไปโรงพยาบาล เพราะเป็นโอกาสทองของการป้องกันและไม่ต้องรอว่ามันจะหายเองหรือไม่

ลักษณะสำคัญของโรคหลอดเลือดสมองคือเป็นเฉียบพลันทันที เช่นเกิดอาการเฉียบพลันทันที ผู้ป่วยต้องรีบเข้าโรงพยาบาลโดยด่วน ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนเวลาใด ถ้าเลือกได้ให้ไปโรงพยาบาลใหญ่ ในปัจจุบัน สปสช. (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ) พยายามทำให้การบริการทางด่วนโรคหลอดเลือดสมองเฉียบพลันในโรงพยาบาลต่างๆแพร่หลายมากขึ้นในโรงพยาบาลต่างๆ โดยแจ้งเหตุผู้ป่วยฉุกเฉิน ที่เบอร์ 1669



ปฏิบัติตัวให้ห่างไกลโรคหลอดเลือดสมอง

โรคหลอดเลือดสมองสามารถป้องกันได้ถึงร้อยละ 90 แต่คนทั่วไปไม่รู้หรือไม่ตระหนักถึงความสำคัญถึงผลเสียที่เกิดขึ้นคือเป็นแล้วพิการตลอดชีวิต เพราะฉะนั้นป้องกันไว้ดีกว่า สำหรับสาเหตุหรือปัจจัยเสี่ยงของโรคหลอดเลือดสมองแบ่งเป็นสองประเภทคือ ชนิดที่ป้องกันได้ กับชนิดที่ป้องกันไม่ได้ ปัจจัยเสี่ยงที่ป้องกันไม่ได้คือ อายุ โดยโรคนี้สามารถเกิดได้กับทุกเพศทุกวัย ตั้งแต่แรกเกิดถึงบั้นปลายของชีวิต โดยยิ่งอายุมากขึ้นจะมีโอกาสเป็นมากขึ้น เพศชายจะมีความเสี่ยงของโรคหลอดเลือดสมองมากกว่าเพศหญิง โรคทางพันธุกรรมบางชนิด ที่เพิ่มความเสี่ยงของโรคหลอดเลือดสมองแตก เช่น โรคถุงน้ำในไต

ปัจจัยเสี่ยงที่ป้องกันได้

1. ความดันโลหิตสูง เป็นสาเหตุสำคัญที่สุดของโรคหลอดเลือดสมองตีบและแตก โดยพบว่าถ้าควบคุมความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ จำนวนผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองจะลดลงถึงร้อยละ 30 การรักษาความดันสูงที่ง่ายที่สุดคือ ลดอาหารเค็มลงและหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มหรือสารกระตุ้นหัวใจ เช่น กาแฟ

2. เบาหวาน เป็นตัวการสำคัญของโรคหลอดเลือดสมองชนิดตีบ ในผู้ป่วยเบาหวานควรควบคุมระดับน้ำตาลสะสม (HbA1c) ให้น้อยกว่า 6.5%

3. ภาวะไขมันสูง

4. บุหรี่ เป็นตัวการสำคัญของโรคหลอดเลือดสมองชนิดตีบ

5. แอลกอฮอล์ เป็นตัวการโรคหลอดเลือดสมองชนิดแตก

6. โรคหัวใจและภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ หากหัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ จะเกิดลิ่มเลือดขึ้นไปอุดตันหลอดเลือด ทำให้เกิดโรคหลอดเลือดสมองตีบหรืออุดตันตามมา

7. ภาวะน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วน

8. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

9. อาหาร ผักและผลไม้จะลดความเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดสมองได้

10. ความเครียด เป็นตัวการโรคหลอดเลือดสมองชนิดตีบและชนิดแตก

อีกปัจจัยอื่น ๆ ที่มีการกล่าวถึงคือ มลภาวะในอากาศโดยเฉพาะในเมืองใหญ่พบว่าเป็นปัจจัยให้เกิดโรคหลอดเลือดสมองได้