

“มารู้จัก...ภาวะหัวใจล้มเหลว”

อ.พญ.ศรีสกุล จิรกาญจนาร

ภาควิชาอายุรศาสตร์

ผู้ที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว หากไม่รู้ตัวอาจเกิดอันตรายถึงชีวิต แต่ถ้ารู้สาเหตุก็จะช่วยป้องกันตนเองได้ มาทำความเข้าใจภาวะหัวใจล้มเหลวกัน

ภาวะหัวใจล้มเหลว คือ ภาวะที่หัวใจไม่สามารถทำงานตอบสนองต่อความต้องการของร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพเพียงพอ ประมาณครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยเกิดจากภาวะกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด หรือภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตาย ส่วนสาเหตุอื่น ๆ เช่น โรคของตัวกล้ามเนื้อหัวใจเอง ความดันโลหิตสูงที่เป็นมานาน โรคเส้นหัวใจที่ผิดปกติ และโรคหัวใจพิการตั้งแต่กำเนิด สาเหตุเหล่านี้ถ้ามีความรุนแรงมากเพียงพอ อาจส่งผลให้เกิดภาวะหัวใจโต และภาวะหัวใจล้มเหลวตามมาได้

ผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลวส่วนใหญ่จะมีอาการเหนื่อยง่ายเวลาออกแรง เมื่อมีอาการเพิ่มมากขึ้น จะมีอาการเหนื่อยเมื่ออยู่เฉย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลนอนราบจะมีอาการหายใจไม่ออก หลายรายมีอาการบวมกดบวมที่บริเวณหลังเท้าและหน้าขา มีอาการท้องโต รับประทานอาหารแล้วอึดง่ายเนื่องจากมีภาวะคั่งของน้ำและเลือดในตับ ทำให้เกิดภาวะตับโตและน้ำในช่องท้อง ผู้ป่วยบางรายจะมีอาการอ่อนเพลีย เนื่องจากมีเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไม่เพียงพอ

สำหรับการวินิจฉัย แพทย์จะทำการซักประวัติ ตรวจร่างกาย และทำการสืบค้นทางห้องปฏิบัติการเบื้องต้น เช่น การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ การตรวจเอกซเรย์ทรวงอก หรือการตรวจสวนหัวใจและหลอดเลือด ทั้งนี้เพื่อหาสาเหตุและประเมินความรุนแรงของผู้ป่วยแต่ละราย เพื่อเลือกการรักษาที่เหมาะสม

ด้านการรักษา โดยทั่วไปมี 2 วิธีใหญ่ ๆ คือ

1. การรักษาจำเพาะของแต่ละสาเหตุ เช่น การขยายหลอดเลือดหัวใจด้วยบอลลูน หรือการผ่าตัดบายพาสหลอดเลือดหัวใจ การผ่าตัดเปลี่ยนหรือซ่อมลิ้นหัวใจ เป็นต้น
2. การรักษาด้วยยา รวมถึงยาขับปัสสาวะ เพื่อให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น

นอกจากนี้ในผู้ป่วยบางราย แพทย์จะทำการฝังเครื่องกระตุ้นหัวใจ หรือเครื่องกระตุ้นหัวใจชนิดถาวร และในผู้ป่วยที่มีอาการมาก อาจต้องรักษาด้วยการผ่าตัดเปลี่ยนถ่ายหัวใจ หรือการผ่าตัดใส่เครื่องพุงหัวใจ

นอกจากการรับประทานยา และมาพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอแล้ว การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตของผู้ป่วย ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เนื่องจากจะช่วยให้อาการของผู้ป่วยดีขึ้นได้ ผู้ป่วยควรงดอาหารที่มีรส

เค็ม หรือมีส่วนประกอบของโซเดียม และควรทำการสำรวจภาวะน้ำและเกลือคั่งเป็นประจำทุกวัน โดยหากมีอาการบวมกดบุ๋ม หรือน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นโดยไม่ทราบสาเหตุควรรีบพบแพทย์ รวมทั้งดื่มน้ำสะอาดและงดดื่มแอลกอฮอล์ ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอโดยเริ่มทีละน้อย เช่น การเดินบนทางราบ และหากมีอาการเหนื่อยล้า อ่อนเพลีย รู้สึกไม่สบาย ควรงดออกกำลังกาย