

โรคพาร์กินสัน

ผศ.นพ.ปรัชญา ศรีวานิชภูมิ

ภาควิชาอายุรศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ท่านเคยสังเกตผู้สูงอายุในบ้านหรือไม่ว่า มีอาการมือสั่น ๆ ทำอะไรช้าลง อย่าคิดว่าเป็นเรื่องปกติในผู้สูงอายุ อาจเป็นอาการของคนที่เป็นโรคพาร์กินสัน ซึ่งโรคนี้นี้หากปล่อยไว้ไม่ได้รับการรักษาผู้ป่วยเองก็จะใช้ชีวิตลำบาก มาหาความรู้เกี่ยวกับเรื่องนี้กัน

โรคพาร์กินสัน เป็นโรคที่เกิดจากความเสื่อมของเซลล์ประสาทบริเวณก้านสมอง ทำให้การผลิตสารบางอย่างที่ชื่อว่า โดพามีนลดลง ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความผิดปกติของการเคลื่อนไหว โดยร่างกายจะเคลื่อนไหวได้ช้า

ส่วนสาเหตุทำให้เกิดโรคพาร์กินสันที่ทำให้โดพามีนลดลงนั้น ยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัดว่าคืออะไร และในปัจจุบันยังไม่แน่ชัดว่า ปัจจัยใดที่เป็นปัจจัยเดียวที่กระตุ้นให้เกิดโรคพาร์กินสัน แต่มีการศึกษาและค้นพบว่า อาจเกี่ยวข้องกับกระบวนการเป็นโรคพาร์กินสัน ได้แก่ ผู้ป่วยบางรายมีประวัติสัมผัสยาฆ่าแมลง มีประวัติใช้สารเสพติดบางชนิด หรือมีประวัติคนในครอบครัวเป็นโรคพาร์กินสันก็จะเป็นการถ่ายทอดทางพันธุกรรม ซึ่งพบได้ถึงร้อยละ 10-15

อาการของโรคพาร์กินสัน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มอาการหลัก ๆ ได้แก่

1. **อาการที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว** มี 4 อาการหลัก ๆ คือ **อาการที่หนึ่ง** คือ อาการมือสั่น โดยเป็นลักษณะมือสั่นในขณะที่พัก แต่ว่าเวลาขยับเคลื่อนไหวอาการมือสั่นจะหายไป **อาการที่สอง** คือ อาการฝืด หนืด เกร็งของกล้ามเนื้อ **อาการที่สาม** คือ การเคลื่อนไหวช้า และ**อาการที่สี่** คือ การทรงตัวและการเดินที่ผิดปกติ จะเป็นลักษณะที่เดินซอยเท้าถี่ ๆ สีระจะพุ่งไปข้างหน้า

นอกจากนั้นอาจจะมาด้วยอาการอื่น ๆ ได้อีก เช่น เขียนหนังสือตัวเล็กกลง ใบหน้าแสดงสีหน้าออกได้น้อย ยิ้มน้อย ไม่ค่อยแสดงออกทางสีหน้า

2. **อาการที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว** พบได้บ่อยในผู้ป่วยโรคพาร์กินสัน เช่น ท้องผูก จมูกดมไม่ค่อยได้กลิ่น หรือได้กลิ่นลดลงจากปกติ ตอนกลางคืนนอนมีการละเมอชกบ่อยเตะถีบออกท่าทาง

ในการวินิจฉัยโรคพาร์กินสัน เกณฑ์การวินิจฉัยขั้นต้นแรกจะดูว่าผู้ป่วยมีอาการคล้ายคลึงกับอาการที่กล่าวมาข้างต้นหรือไม่ หลังจากนั้นซักถามประวัติเพิ่มเติมเกี่ยวกับสาเหตุที่อาจจะมีอาการคล้ายคลึงกับโรคพาร์กิน

สัน เช่น มีประวัติได้รับยาต้านอาการทางจิตเวช ได้รับยาแก้ไอเจียนคลีนไส้เวียนศีรษะ มีประวัติเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาตมาก่อน มีประวัติเป็นเนื้องอกสมอง หรือมีอาการโพรงสมองบวมน้ำ จากนั้นขั้นตอนสุดท้ายจะหาข้อสนับสนุนในการเป็นโรคพาร์กินสัน เช่น มีอาการข้างหนึ่งนำมาก่อนอีกข้างหนึ่ง และมีลักษณะอาการดำเนินโรคไปอย่างช้า ๆ ค่อยเป็นค่อยไป

ส่วนการรักษา ในปัจจุบันแพทย์ยังแนะนำให้เริ่มต้นใช้ยาในการรักษา โดยมีเป้าหมายคือ เพิ่มสารโดพามีนในร่างกาย โดยลักษณะรูปแบบในการใช้ยามีทั้งรูปแบบการรับประทาน และการใช้แผ่นแปะ เพื่อให้ผู้ป่วยสะดวกในการบริหารยามากขึ้น โดยเป้าหมายหลักจริง ๆ ในการใช้ยาคือ ต้องการให้ผู้ป่วยมีความสามารถในการกลับไปใช้ชีวิตได้ใกล้เคียงกับภาวะปกติก่อนที่กลายเป็นผู้ป่วยโรคพาร์กินสัน

สำหรับผู้ป่วยโรคพาร์กินสัน นอกเหนือจากการใช้ยาแล้ว ยังแนะนำให้ส่งเสริมให้ผู้ป่วยออกกำลังกายที่ได้ประโยชน์ในผู้ป่วยโรคพาร์กินสัน ได้แก่ การรำมวยจีน การรำไทเก๊ก และการเดินรำในจังหวะแทงโก้ แต่หากไม่สามารถทำได้แนะนำให้ออกกำลังกายอย่างง่าย ๆ เช่น การเดินรอบสนาม การปั่นจักรยาน หรือออกกำลังกายอยู่ในบ้าน