

ตรวจร่างกายผู้สูงอายุ

รศ.นพ.ประเสริฐ อัสสันตชัย
ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ปัจจุบันประชากรโดยส่วนใหญ่มีอายุที่ยาวขึ้น ขณะเดียวกันผู้สูงอายุเมื่อมีอายุมากขึ้น ย่อมมีสภาพร่างกายที่เสื่อมสภาพลงตามธรรมชาติ ระบบอวัยวะต่าง ๆ ก็ทำงานมี ประสิทธิภาพลดลง ทำให้อุบัติการณ์ของโรคต่าง ๆ เพิ่มขึ้นตามอายุที่เพิ่มมากขึ้นด้วย ผู้สูงอายุจะมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย และมีผลต่อเนื่องไปถึงด้าน จิตใจ รวมทั้งสังคมและเศรษฐกิจโดยส่วนรวม ความจำเป็นในการตรวจสุขภาพเป็น ระยะเวลา ๆ เพื่อตรวจพบความเจ็บป่วยใด ๆ ตั้งแต่ระยะเริ่มแรกในผู้สูงอายุจึงมีมาก

โรคที่อาจตรวจพบในผู้สูงอายุ

- ความดันโลหิตสูงจากการวัดความดันโลหิตที่ต้นแขน
- โรคหลอดเลือดหัวใจตีบตันจากการซักประวัติ
- มะเร็งเต้านมจากการซักประวัติและตรวจเต้านม
- ภาวะกลั้นปัสสาวะไม่อยู่จากการซักประวัติ
- การใช้ยาอย่างไม่เหมาะสมจนเกิดภาวะข้างเคียงจากการซักประวัติ
- การไม่สามารถที่จะออกไปพบปะสังคมกับผู้อื่นจากการซักประวัติ
- การหกล้มบ่อย ๆ จากการซักประวัติ
- ภาวะทุพโภชนาการจากการซักประวัติ

การตรวจทางห้องปฏิบัติการ

ประกอบไปด้วยการตรวจเลือด การตรวจปัสสาวะและอุจจาระ โดยทั่วไปด้วยวิธีการเหล่านี้พบว่าสามารถตรวจพบโรคที่ซ่อนเร้นอยู่ในผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนได้เพียง 2 - 3% การตรวจทางห้องปฏิบัติการจึงจำเป็นต้องปฏิบัติคู่ไปกับการซักประวัติและการตรวจร่างกายจากแพทย์เสมอ โรคที่พบได้บ่อยจากการตรวจทางห้องปฏิบัติการ ได้แก่

- ภาวะโลหิตจาง
- ภาวะไขมันในเลือดสูง
- เบาหวาน
- การติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ
- ภาวะเลือดออกในทางเดินอาหาร เช่น มะเร็งลำไส้ใหญ่ โดยการตรวจเลือดในอุจจาระ
- ต่อมไทรอยด์ทำงานลดลง
- ความผิดปกติของเกล็ดเลือด โดยเฉพาะผู้ได้ยาขับปัสสาวะหรือยาแก้ปวดข้ออยู่

การตรวจทางหู

ภาวะหูหนวก หูตึง พบได้บ่อยมากถึงราว 25 - 35% ในผู้สูงอายุ และพบมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น สาเหตุที่พบบ่อยที่สุดในผู้สูงอายุได้แก่

- ภาวะประสาทหูเสื่อมจากอายุ หรือ ที่เรียกว่า Presbycusis
- หูชั้นนอกอุดกั้นจากขี้หูอุดกั้น
- ภาวะประสาทหูเสื่อมจากการได้ยินเสียงดังมาก ๆ ในอดีต

ความผิดปกติอย่างแรกและอย่างที 3 จำเป็นต้องได้รับการตรวจด้วยเครื่องมือ พิเศษของแพทย์เฉพาะทางหู จึงจะยืนยันได้แน่นอน และการรักษาจึงจำเป็นต้องใช้ เครื่อง ช่วยการได้ยินติดตัวไปกับผู้สูงอายุตลอดเวลา ซึ่งปัจจุบันมีราคาแพงมาก การ ตรวจและรักษาปัญหาทั้ง 2 ดังกล่าวจึงทำไม่ได้ในทางปฏิบัติ โดยเฉพาะในระดับการสาธารณสุขของประเทศ ส่วนภาวะหูตึงจากสาเหตุที่สองคือ หูชั้นนอกอุดกั้นจากขี้หู สามารถวินิจฉัยได้ง่ายจากการตรวจในหูชั้นนอกด้วยเครื่องมือที่ส่องเข้าไปดูคล้าย ไฟฉาย และสามารถให้การรักษาได้เลย จึงเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุควรได้รับการตรวจเสมอ

การตรวจทางตา

ผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนราว 10% จะมีโรคทางตาหรือความสามารถในการมองเห็นลดลงซ่อนเร้นอยู่ สาเหตุที่พบบ่อยมากที่สุดได้แก่

- โรคต้อกระจก (Cataract)
- โรคต้อหิน (Glaucoma)
- ภาวะประสาทจอรับภาพเสื่อม (Macular Degeneration) โดยเฉพาะในคนที่มียุ อายุ มาก ๆ
- ภาวะสายตาสั้นหรือยาวผิดปกติ

ผู้สูงอายุที่มีต้อหินส่วนหนึ่งจะค่อยเป็นค่อยไป มักจะมาพบแพทย์ต่อเมื่อสายตามัวลงมากแล้ว จนไม่สามารถแก้ไขกลับคืนมาได้ ถ้าสามารถได้รับการรักษาตั้งแต่เริ่มแรก อาจป้องกันภาวะตาบอดได้ ส่วนอีก 3 โรคที่เหลือ อาจทำได้คร่าว ๆ โดยการวัดสายตา โดยให้ผู้สูงอายุอ่านภาพตัวอักษรที่ห่างออกไป 6 เมตร ถ้าพบว่ามีความผิดปกติ แพทย์ก็จะส่งตัวผู้ป่วยไปยังจักษุแพทย์ต่อไป

การตรวจสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ

โรคที่ทางจิตที่พบบ่อยในผู้สูงอายุในชุมชนที่อาจซ่อนเร้นอยู่มี 2 ภาวะคือ ภาวะซึมเศร้า (Depression) และภาวะสมองเสื่อม (Dementia) การตรวจเพื่อค้นหาภาวะดังกล่าว แพทย์จำเป็นต้องซักประวัติอย่างละเอียดทั้งจากตัวผู้สูงอายุเองและญาติ ผู้ดูแลใกล้ชิด ซึ่งการตรวจเช่นนี้จะกินเวลาและควรจะเป็นแพทย์ผู้ชำนาญเฉพาะทาง การตรวจชนิดนี้จึงจำเป็นต้องเมื่อญาติหรือตัวผู้สูงอายุเล่าถึงอาการทางจิตนำมาบ้าง ทั้งนี้ต้องพิจารณาเป็นราย ๆ ไป

โรคผิวหนัง

โรคผิวหนังที่พบบ่อยในผู้สูงอายุในชุมชนได้แก่

- การติดเชื้อราที่ผิวหนัง โดยเฉพาะถ้าเป็นเบาหวานอยู่ด้วย
- มะเร็งของผิวหนัง
- ผื่นแพ้ยา
- ภาวะผิวแห้ง (Xerosis)

โรคเกี่ยวกับเหงือกและฟัน

ผู้สูงอายุมากกว่า 50% ที่อยู่ในชุมชน มีโรคเกี่ยวกับเหงือกและฟันที่ซ่อนเร้นอยู่ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่สามารถเดินไปมาเองได้ หรือมีเศรษฐกิจฐานะยากจน โรคที่พบบ่อย ได้แก่ ฟันผุ, เหงือกอักเสบ หรือมะเร็งในช่องปาก วิธีตรวจเพื่อค้นหาภาวะดังกล่าวที่ดีที่สุดคือ การให้ทันตแพทย์ตรวจดูในช่องปากเป็นระยะ ๆ

การตรวจภายในเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ในสตรี

เพื่อเป็นการตรวจค้นหาก้อนเนื้อผิดปกติที่อาจพบได้ในระบบอวัยวะสืบพันธุ์ ซึ่งอุบัติการณ์ของโรคมะเร็งพบสูงขึ้นตามอายุ ขณะเดียวกันผู้สูงอายุสตรีที่ไม่เคยได้รับการตรวจเซลล์ของปากมดลูก (Pap's Smear) ก็ควรได้รับการตรวจอย่างน้อยหนึ่งครั้ง

.....