

สัญญาณเตือนของภาวะสมองเสื่อมระยะแรก

รศ. นพ. รุ่งนิรันดร์ ประดิษฐ์สุวรรณ

สาขาวิชาอายุรศาสตร์ปัจฉิมวัย ภาควิชาอายุรศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

สมองเสื่อมเป็นภาวะที่มีการสูญเสียความสามารถของสมองหลาย ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นความจำ ความเข้าใจ การสื่อสาร ทิศทาง การคำนวณ การตัดสินใจ รวมทั้งอาจมีการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ พฤติกรรม และบุคลิกภาพ จนมีผลกระทบต่อกิจกรรมที่เคยทำได้ในชีวิตประจำวันและการเข้าสังคมของผู้ป่วย การสูญเสียความสามารถด้านต่าง ๆ เหล่านี้จะค่อย ๆ เกิดขึ้นอย่างช้า ๆ ใช้เวลานานเป็นเดือนเป็นปี

ภาวะสมองเสื่อมมักพบในผู้สูงอายุ ยิ่งอายุมากขึ้นเท่าไร ก็ยิ่งมีความเสี่ยงมากขึ้น

ภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุมีหลายสาเหตุ สาเหตุที่พบบ่อยที่สุดคือ โรคอัลไซเมอร์ รองลงมาคือ สมองเสียหายจากโรคหลอดเลือดสมอง

สัญญาณเตือนที่สำคัญของภาวะสมองเสื่อมระยะแรก

- สูญเสียความจำระยะสั้น เช่น ลืมสิ่งที่เพิ่งเกิดขึ้น ลืมนัดหมายสำคัญ พุดซ้ำ ถ้ามซ้ำ วางของผิดที่แล้วหาไม่เจอ ลืมทางกลับบ้าน
- สติปัญญาด้อยลง ตัดสินใจผิดพลาด เช่น คิดเลขไม่ถูกต้อง ตัดสินใจเรื่องง่ายๆ ไม่ได้ วางแผนล่วงหน้าไม่ได้
- มีปัญหาเรื่องภาษา เช่น พุดผิด นึกคำพุดที่ถูกต้องไม่ได้
- สับสนเรื่องเวลา สถานที่ และทิศทาง เช่น จำวัน-วันที่ไม่ได้ สับสนกลางวัน-กลางคืน จำทางกลับบ้านไม่ได้ หาทางเข้าห้องน้ำไม่พบ
- ทำกิจกรรมประจำวันที่เคยทำไม่ได้ เช่น ไขกุญแจเปิด-ปิดล็อกประตูไม่ได้ ลืมใส่เครื่องปรุงอาหาร หรือนึกไม่ออกว่าต้องทำอะไรก่อนหลัง
- ขาดความคิดริเริ่ม เช่น เฉื่อย ๆ ซึม ๆ ไม่พุดคุย ไม่ทำอะไร นอกวัน
- อารมณ์แปรปรวน เช่น หงุดหงิด โกรธง่าย ซึมเศร้า วิดกกังวล

- พฤติกรรมเปลี่ยนแปลง เช่น เก็บตัว ไม่สนใจสังคม ไม่ดูแลความสะอาดของร่างกาย แต่งตัวไม่เรียบร้อยหรือผิดกาลเทศะ

พึงระลึกว่าอาการเหล่านี้ (โดยเฉพาะในระยะแรกของโรค) อาจไม่ได้เกิดขึ้นทุกวัน ทำให้คนใกล้ชิดสังเกตอาการผิดปกติได้ยาก

หากคนใกล้ชิดพบสัญญาณเตือนเหล่านี้ ควรแนะนำผู้ป่วยให้มาปรึกษาแพทย์เพื่อการวินิจฉัย หาสาเหตุของภาวะภาวะสมองเสื่อม และรักษาได้ทันท่วงที เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุด