

สารไฟเลตกับการรักษาโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ

อ.พญ.นันทรา สุวันทาร์ตัน , รศ.สมพงษ์ องอาจยุทธ

ภาควิชาชีวเคมี

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ (Coronary artery disease) เป็นโรคที่มีความสำคัญมาก เนื่องจากภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญของโรคนี้คือ ภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน ซึ่งเป็นสาเหตุอันดับต้น ๆ ของการเสียชีวิตของชาวไทยในปัจจุบัน สาเหตุของการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจตีบนั้นยังไม่ชัดเจนแต่จากการศึกษาพบว่ามีเกี่ยวข้องกับพันธุกรรมและปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ได้แก่ อายุ และเพศ (เพศชายอายุมากกว่า 45ปี, เพศหญิงอายุมากกว่า 55 ปีหรือวัยหมดประจำเดือน), โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง, ภาวะไขมันในเลือดสูงม น้ำหนักตัวมาก, การสูบบุหรี่ และภาวะที่มีสารโฮโมซิสเทอีนในเลือดสูง เป็นต้น

การรักษาโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ ประกอบด้วย

1.การรักษาด้วยยา เช่น ยาขยายหลอดเลือดหัวใจ (ยาอมใต้ลิ้น,ยาากลุ่มไนเตรต) ยาลดการจับกันของเกล็ดเลือด (เช่น ยาแอสไพริน) และยาลดระดับไขมันในเลือด เป็นต้น

2.การผ่าตัดต่อหลอดเลือดหัวใจ หรือการทำบอลลูนขยายหลอดเลือด ซึ่งมีค่าใช้จ่ายในการรักษาที่มาก ในปัจจุบันมีการศึกษาเป็นที่ยืนยันแล้วว่า ภาวะที่มีสารโฮโมซิสเทอีนในเลือดสูงมีความสัมพันธ์เป็นปัจจัยเสี่ยงหนึ่งของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ และการให้สารไฟเลต ร่วมกับวิตามินบี 6 และ บี 12 จะช่วยลดภาวะที่มีสารโฮโมซิสเทอีนในเลือดสูงได้ สารไฟเลต หรือ กรดโฟลิกหรือโฟลาซิน เป็นสารอาหารจำพวกวิตามินบี ร่างกายต้องการสารไฟเลตวันละ 400 ไมโครกรัม ซึ่งสามารถรับประทานได้เพียงพอ ในอาหารประจำวันหากกินหลากหลายครบหมู่ แหล่งของสารไฟเลตสำคัญคือ อาหารจำพวกผักใบเขียว ถั่วเมล็ดแห้ง ส้ม ผักสีเขียว ถั่วลิสง ค่ะน้า แดง เมล็ดทานตะวัน มะเขือเทศ สารไฟเลตนี้มีความสำคัญในการสร้างสารพันธุกรรมในเซลล์ (DNA,RNA) การแบ่งตัวของเซลล์ดังนั้นการขาดสารนี้จึงมีผลให้เม็ดเลือดแดงมีความผิดปกติ เป็นโรคโลหิตจางได้ (megaloblastic anemia) หากขาดในหญิงตั้งครรภ์จะทำให้การเจริญของหลอดประสาทในทารกไม่สมบูรณ์ (neural tube defect) นอกจากนี้การขาดสารไฟเลตจะทำให้มีปริมาณสารโฮโมซิสเทอีนในเลือดสูงมากกว่าปกติ และจะพบภาวะที่มีสารโฮโมซิสเทอีนในเลือดสูงมากขึ้นถ้ามีการขาดวิตามินบี6 และบี12 ร่วมด้วย ซึ่งภาวะนี้เป็นปัจจัยเสี่ยงของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ ดังที่ได้กล่าวไปข้างต้นแล้ว

มีการศึกษาในปัจจุบันที่ยืนยันได้ว่าการให้สารโฟเลตร่วมกับการให้วิตามินบี6 และวิตามินบี12 สามารถลดระดับของสารโฮโมซิสเทอีนในเลือดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการให้สารโฟเลตปริมาณ 1 กรัมต่อวัน ไม่พบผลข้างเคียงใด ๆ อย่างไรก็ตามยังไม่ทราบถึงผลกระทบในระยะยาว จึงยังคงต้องมีการศึกษาอย่างต่อเนื่องต่อไป และเนื่องจากการศึกษาส่วนมากยังทำในผู้ป่วยจำนวนไม่มากและระยะเวลาไม่นาน

แม้ว่ายังไม่มีการแนะนำอย่างเป็นทางการในการให้ใช้สารโฟเลตในการรักษาโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ แต่จากการที่สารโฟเลตสกัดในรูปแบบเม็ดยานั้นเป็นที่นิยมใช้อย่างแพร่หลาย และราคามีราคาถูกรวมถึงยังไม่พบผลข้างเคียงในการรักษาใด ๆ แพทย์ทั่วไปจึงนิยมใช้ในการรักษาโรคหลอดเลือดหัวใจตีบร่วมด้วย