

รู้เท่าทันโรคสมองเสื่อม (ตอนที่ 2)

อ.พญ.กอบหทัย สิทธิรณฤทธิ์

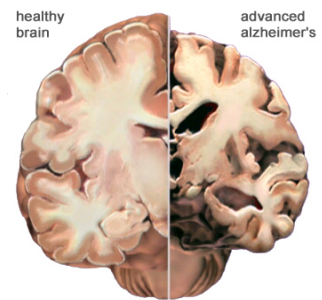
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ลักษณะการดำเนินโรคของโรคสมองเสื่อมเป็นอย่างไร?

ภาวะสมองเสื่อมอาจค่อยเป็นค่อยไปหรือเสื่อมลงอย่างรวดเร็วก็ได้ขึ้นอยู่กับสาเหตุของการเกิด เช่น ถ้าเป็นโรคอัลไซเมอร์ที่ไม่ได้รับการรักษาอาจใช้เวลานานถึง 5-6 ปี ในขณะที่เกิดโรคสมองเสื่อมจากพยาธิสภาพที่หลอดเลือดสมอง เช่น เส้นเลือดใหญ่ในสมองตีบ แตก หรือตันอาจใช้เวลาเป็นเดือน หรือถ้าโรคสมองเสื่อมนั้นเกิดจากการติดเชื้อไวรัสในสมองอาจใช้เวลาเพียง 1-2 สัปดาห์ก็ได้



มีโรคอื่นที่อาการคล้ายโรคสมองเสื่อมได้หรือไม่?

โรคทางจิตเวชหลายโรคอาจมีอาการคล้ายโรคสมองเสื่อมได้ เช่น โรคซึมเศร้า (major depressive disorder) และโรคจิต (psychotic disorders) นอกจากนี้ยังต้องพิจารณาแยกโรคสมองเสื่อมออกจากผู้ป่วยที่มีอาการแพ้สับสนจากสาเหตุทางกาย (delirium) ซึ่งมักจะรู้สึกตัวไม่ค่อยดี หรือมีการเปลี่ยนแปลงของระดับการรู้สึกตัวในระหว่างวันได้ เช่น อาการสับสนที่เกิดขึ้นภายหลังการช้ำ ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของเกลือแร่ในร่างกาย ด้วยเช่นกัน

สามารถรักษาโรคสมองเสื่อมได้ไหม?

ขึ้นอยู่กับว่าภาวะสมองเสื่อมของผู้ป่วยรายนั้นเกิดจากสาเหตุใด โดยทั่วไปประมาณ 15% ของผู้ป่วยสมองเสื่อมอาจสามารถรักษาให้หายได้ ถ้าสาเหตุของภาวะสมองเสื่อมนั้นเกิดจากภาวะเลือดคั่งที่ผิวสมอง โพรงน้ำในสมองขยายตัว ขาดวิตามิน B ต่อมธัยรอยด์ทำงานน้อยกว่าปกติ เนื่องจากชนิดไม่ร้ายแรงที่เกิดจากเยื่อหุ้มสมองบริเวณฐานสมอง หรือลมชักที่ไม่ได้รับการควบคุมรักษาที่ดีและถูกต้อง เป็นต้น อย่างไรก็ตามผู้ป่วยสมองเสื่อมที่เกิดจากสาเหตุดังกล่าวต้องได้รับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง รวดเร็ว และทัน่วงทีเพื่อให้สมองไม่ถูกทำลายไปมากและสามารถกลับมาสู่ภาวะปกติได้ มิเช่นนั้นแล้วอาจหลงเหลืออาการของภาวะสมองเสื่อมในผู้ป่วยกลุ่มนี้ได้เช่นกัน

แพทย์สาขาใดบ้างที่ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมเป็นหลัก?

ประกอบไปด้วยจิตแพทย์ อายุรแพทย์สาขาประสาทวิทยาและสาขาปัจฉิมวัย

เมื่อพบแพทย์แล้วจะได้รับการตรวจรักษาอย่างไร?

ซักถามประวัติจากผู้ป่วยและผู้ดูแลใกล้ชิด ตรวจร่างกายและตรวจสภาพจิตใจ (ซึ่งรวมถึงตรวจการทำงาน
ของสมอง) ตรวจเลือด เพื่อแยกว่าผู้ป่วยมีภาวะสมองเสื่อมจริงหรือเป็นเพียงอาการหลงลืมตามวัยเท่านั้น และหากมี
ภาวะหลงลืมจริงสาเหตุของภาวะหลงลืมนั้นเกิดจากเหตุใด ในผู้ป่วยบางรายแพทย์อาจพิจารณาส่งเอกซเรย์สมอง
ด้วยคอมพิวเตอร์หรือคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า หรือเจาะกรวดน้ำไขสันหลังเพิ่มเติมประกอบการวินิจฉัยด้วยก็ได้

สำหรับการรักษานั้นแพทย์จะรักษาสาเหตุของภาวะสมองเสื่อมก่อน (ถ้าสามารถรักษาได้) หากไม่สามารถ
รักษาสาเหตุได้แพทย์จะให้การรักษาด้วยการปรับพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยร่วมกับการให้ยาชะลอภาวะ
สมองเสื่อม (สำหรับภาวะสมองเสื่อมจากบางสาเหตุ เช่น สมองเสื่อมอัลไซเมอร์หรือสมองเสื่อมจากพยาธิสภาพที่
หลอดเลือดสมอง) หรือเพื่อควบคุมอารมณ์ พฤติกรรม หรือภาวะอื่นทางจิตเวชที่พบในผู้ป่วยสมองเสื่อมควบคู่กันไป
(ในกรณีที่การปรับพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยไม่ได้ผล) อย่างไรก็ตามควรพึงระลึกอยู่เสมอว่า*ไม่มียาตัวใด
ในปัจจุบันที่สามารถรักษาภาวะสมองเสื่อมให้หายขาดได้ ยาเหล่านี้เพียงชะลอการดำเนินโรคของภาวะ
สมองเสื่อมเท่านั้น*

นอกจากนี้แพทย์มักจะประเมินปัญหาในการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมร่วมกับประเมินสภาพจิตใจของผู้ดูแล
ผู้ป่วยด้วย เนื่องจากการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมเป็นงานหนัก ยาวนาน ซ้ำซาก และน่าเบื่อหน่าย ถ้าผู้ดูแลเหนื่อยล้า
ขาดกำลังใจที่ดีในการดูแลผู้ป่วยแล้วจะส่งผลต่อคุณภาพการดูแลผู้ป่วย ยิ่งไปกว่านั้นหากไม่มีการผลัดเปลี่ยนผู้ดูแล
เพื่อลดภาระงานเป็นครั้งคราวหรือวางแผนการดูแลผู้ป่วยไม่ดีอาจพบภาวะซึมเศร้าในผู้ดูแลได้เช่นกัน

จะป้องกันการเกิดโรคสมองเสื่อมได้อย่างไร?



ในปัจจุบันยังไม่มี การป้องกันการเกิดโรคสมองเสื่อมที่ได้ผลดีและแม่นยำ
อย่างไรก็ตามหากเดิมผู้ป่วยมีระดับการศึกษาสูง ไม่สูบบุหรี่ มีการใช้ความคิด
วางแผนแก้ปัญหาเป็นประจำ ออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์
เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมบ่อย ๆ และตรวจสุขภาพประจำปีเพื่อป้องกันการเกิด
โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไชมันในเส้นเลือดสูง ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรค

สมองเสื่อม หรือถ้าเป็นโรคดังกล่าวแล้วก็ไปพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอเพื่อควบคุมอาการของโรคเหล่านี้ให้อยู่ในภาวะปกติก็อาจจะช่วยป้องกันภาวะสมองเสื่อมได้