

ความดันโลหิตสูง เสี่ยงภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา

ผศ.พญ.ธนัญญา บุญยศิรินันท์

ภาควิชาอายุรศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

หากปล่อยให้เกิดโรคความดันโลหิตสูงนาน ๆ แล้วไม่รักษา อาจทำให้เกิดภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการทำงานของหัวใจ อันตรายอย่างไร เรามีความรู้มาฝากค่ะ

โดยปกติถ้าพูดถึงภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา หมายถึง การหนาตัวของกล้ามเนื้อหัวใจห้องซ้ายล่าง ซึ่งทำหน้าที่สูบฉีดโลหิตไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย สาเหตุของภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา กว่า 90 % เกิดจากโรคความดันโลหิตสูง ทำให้ความดันในหลอดเลือดแดงสูงขึ้น กล้ามเนื้อหัวใจห้องล่างซ้ายทำงานหนักและหนาตัวขึ้น เลือดดีจากปอดและหัวใจห้องซ้ายบนไม่สามารถไหลลงหัวใจห้องล่างซ้ายได้ ส่งผลให้หัวใจโตและเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวในที่สุด

ภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา ไม่จำเป็นต้องมีอาการผิดปกติ หากมีอาการ ส่วนใหญ่มักจะเป็นอาการเนื่องจากโรคที่เป็นสาเหตุ หรือผลแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น เช่น อาการปวดศีรษะ เวียนศีรษะ มึนงง หรือตามัว และอาการที่เกิดจากภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ เหนื่อยง่ายกว่าปกติ แพทย์ผู้รักษาสามารถให้การวินิจฉัยได้ โดยการซักประวัติ ตรวจร่างกายโดยละเอียด โดยเฉพาะการตรวจร่างกายระบบหัวใจและหลอดเลือด การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ และการตรวจคลื่นเสียงสะท้อนความถี่สูงหัวใจ

สำหรับการรักษาภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา จะเป็นการรักษาตามสาเหตุของโรค เช่น ถ้าสาเหตุเกิดจากโรคความดันโลหิตสูง จะรักษาโดยให้ควบคุมอาหารเค็ม รวมถึงการใช้ยาลดความดันโลหิต โดยต้องรับประทานยาต่อเนื่อง พร้อมติดตามความดันโลหิตเป็นระยะ เพื่อควบคุมความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ และลดผลแทรกซ้อนระยะยาว ค่าความดันปกติ ค่าบนต้องไม่เกิน 120 มิลลิเมตรปรอท และค่าล่างต้องไม่เกิน 80 มิลลิเมตรปรอท ถ้าค่าความดันโลหิตค่าบนมากกว่า 140 มิลลิเมตรปรอท หรือค่าล่างมากกว่า 80 มิลลิเมตรปรอท ถือว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง

การรักษาภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา อาจไม่ได้ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจหนาลดลงเป็นปกติ แต่จะป้องกันไม่ให้เกิดกล้ามเนื้อหัวใจหนาเพิ่มขึ้น หากปล่อยทิ้งไว้จะเป็นสัญญาณเตือนว่า วันข้างหน้าจะมีการทำงานของหัวใจลดลง ทำให้เกิดโรคหัวใจระยะสุดท้าย และเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตได้ในที่สุด

เพื่อให้ปลอดภัยจากภาวะกล้ามเนื้อหัวใจหนา จะต้องรักษาระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ รวมถึงควบคุมปัจจัยเสี่ยงอื่น เช่น งดสูบบุหรี่ ควบคุมโรคเบาหวาน และไขมันในเลือดสูงค่ะ