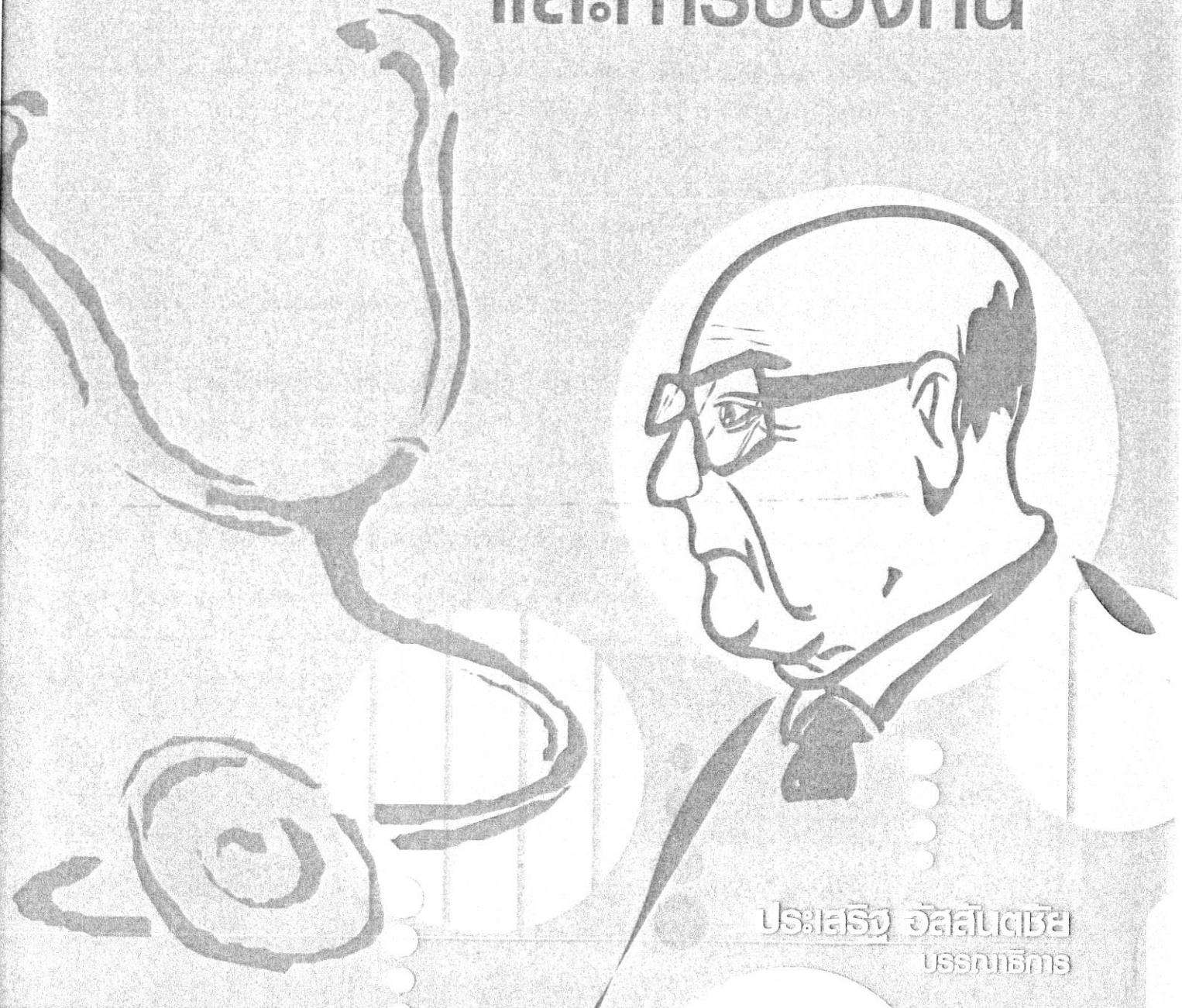




ปัญหาสุขภาพ

ที่พบบ่อยใน **ผู้สูงอายุ**

และการป้องกัน



ประเสริฐ อัสสันตชัย
บรรณาธิการ



ปัจจุบันประชากรผู้สูงอายุไทยกำลังทวีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ซึ่งตามเกณฑ์ขององค์การสหประชาชาติ กล่าวได้ว่าสังคมไทยได้เข้าสู่ภาวะที่เรียกว่า “ภาวะประชากรสูงอายุ” (population ageing) แล้ว ซึ่งความตื่นตัวด้านผู้สูงอายุในประเทศไทยได้เริ่มขึ้นหลังการประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุ จัดโดยองค์การสหประชาชาติเป็นครั้งแรกเมื่อปีพ.ศ. 2525 และได้มีความก้าวหน้าโดยลำดับ จนปัจจุบันมีกฎหมายว่าด้วยผู้สูงอายุชื่อว่า พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 โดยมีนายกรัฐมนตรีเป็นประธานคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ (กผส.)

ความจำเป็นที่ทำให้มีการพัฒนาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุในวงการแพทย์ เริ่มจากการดูแลผู้ป่วยสูงอายุในอดีตในประเทศที่พัฒนาแล้ว ซึ่งมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นในขณะนั้น ไม่สามารถแก้ปัญหาผู้ป่วยที่อยู่เต็มหอผู้ป่วย และไม่สามารถกลับบ้านได้ ส่วนหนึ่งเนื่องจากผู้ป่วยสูงอายุมีลักษณะทางเวชกรรมที่ไม่จำเพาะ Dr. Marjory Warren แพทย์ผู้ริเริ่มการพัฒนาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุแผนปัจจุบัน ได้จัดตั้งหน่วยพิเศษขึ้นมาเพื่อประเมินผู้สูงอายุ ทำให้เข้าใจปัญหาที่ซับซ้อนที่มีมากกว่าผู้ป่วยทั่วไป นำไปสู่การดูแลรักษาที่ตรงประเด็น ทำให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เดิมดูเหมือนว่าสิ้นหวัง สามารถกลับไปใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างเป็นอิสระระดับหนึ่ง นอกจากนี้ ผู้ป่วยมักมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาเนื่องจากความชรา และการมีพยาธิสภาพในหลายระบบอวัยวะในเวลาเดียวกัน จึงมีแนวโน้มที่จะเจ็บป่วยได้ง่ายและรักษาไม่หายขาด การป้องกันโรคจึงมีความสำคัญอย่างมากสำหรับผู้สูงอายุ ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ได้เริ่มจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุในโรงเรียนแพทย์ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2528 และได้บรรจุการสอนวิชานี้ในระดับก่อนปริญญา ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2535 พร้อมกับเป็นวิชาเลือกให้กับแพทย์ประจำบ้านของภาควิชาอายุรศาสตร์ตั้งแต่นั้นมา

ตำราเวชศาสตร์ผู้สูงอายุฉบับภาษาไทยนี้ เป็นฉบับที่จัดทำขึ้นโดยคณาจารย์ด้านเวชศาสตร์ผู้สูงอายุโดยตรง ประกอบด้วยคณาจารย์จากภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม ภาควิชาอายุรศาสตร์ และภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู ซึ่งได้พยายามรวบรวมองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องที่ได้จากการศึกษาวิจัยทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ร่วมกับประสบการณ์ที่ได้ในเวชปฏิบัติประจำวัน โดยครอบคลุมปัญหาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและการป้องกัน วัตถุประสงค์เพื่อใช้ประกอบการเรียนด้านเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ สำหรับนักศึกษาแพทย์ แพทย์ประจำบ้านในสาขาที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยสูงอายุ เช่น แพทย์ประจำบ้านอายุรศาสตร์ แพทย์ประจำบ้านสาขาเวชศาสตร์ฟื้นฟู และแพทย์ประจำบ้านสาขาวิชาเวชศาสตร์ครอบครัว เป็นต้น ยังจะเป็นประโยชน์สำหรับการฝึกอบรมแพทย์เฉพาะทางด้านเวชศาสตร์ผู้สูงอายุที่จะมีการเปิดฝึกอบรมในอนาคตอันใกล้ คณะผู้พิมพ์จึงหวังเป็นอย่างยิ่ง ตำราเล่มนี้จะเป็นฟันเฟืองอีกอันหนึ่งที่ช่วย ผลักดันการพัฒนาทั้งการเรียนการสอน ตลอดจนการวิจัยด้านเวชศาสตร์ผู้สูงอายุในประเทศไทย และนำมาซึ่งการดูแล ผู้สูงอายุที่นับวันทวีจำนวนมากขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย

รศ.นพ.ประเสริฐ อัสสันตชัย

หัวหน้าสาขาวิชาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ และ

หัวหน้าภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล



	หน้า
บทที่ 1 หลักพื้นฐานทางเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ประเสริฐ อัสสันตชัย	1
บทที่ 2 การประเมินสุขภาพของผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน รุ่งนรินทร์ ประดิษฐสุวรรณ	15
บทที่ 3 การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในผู้สูงอายุ วีรศักดิ์ เมืองไพศาล	23
บทที่ 4 ภาวะหกล้มในผู้สูงอายุและการป้องกัน ประเสริฐ อัสสันตชัย	45
บทที่ 5 การสูญเสียความสามารถในการเดินในผู้สูงอายุและการป้องกัน ประเสริฐ อัสสันตชัย	65
บทที่ 6 อาการปัสสาวะราดในผู้สูงอายุและการป้องกัน ประเสริฐ อัสสันตชัย	89
บทที่ 7 ภาวะซึมเศร้าแบบพลันในผู้สูงอายุและการป้องกัน วีรศักดิ์ เมืองไพศาล	109
บทที่ 8 ภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุและการป้องกัน วีรศักดิ์ เมืองไพศาล	125
บทที่ 9 ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุและการป้องกัน สุดสบาย จุลกทัฬพะ	159
บทที่ 10 โรคความดันเลือดสูงในผู้สูงอายุและการป้องกัน ประเสริฐ อัสสันตชัย	171
บทที่ 11 โรคเบาหวานในผู้สูงอายุและการป้องกัน มยุรี หอมสนิท	197

	หน้า
บทที่ 12 ภาวะไขมันในเลือดผิดปกติในผู้สูงอายุและการป้องกัน มยุรี หอมสนิท	225
บทที่ 13 โรคหลอดเลือดสมองในผู้สูงอายุและการป้องกัน วีรศักดิ์ เมืองไพศาล	247
บทที่ 14 โรคกระดูกพรุนในผู้สูงอายุและการป้องกัน ประเสริฐ อัสสันตชัย	277
บทที่ 15 โรคข้อและรูมาตัสซั่มที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและการป้องกัน สมบูรณ์ อินทลาภาพร	309
บทที่ 16 ผลไม้พึงประสงค์จากยาในผู้สูงอายุและการป้องกัน วีรศักดิ์ เมืองไพศาล	349
บทที่ 17 โรคมะเร็งที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและการป้องกัน วิชัย ฉัตรธนาวารี	361
บทที่ 18 ภาวะขาดสารอาหารในผู้สูงอายุและการป้องกัน ประเสริฐ อัสสันตชัย	383
บทที่ 19 การฉีดวัคซีนป้องกันโรคติดต่อในผู้สูงอายุ วิชัย ฉัตรธนาวารี	415
บทที่ 20 การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ ปิยะภัทร เดชพระธรรม	423
บทที่ 21 การฟื้นฟูผู้ป่วยสูงอายุ วิไล คุปต์นริตติชัยกุล	449
ดัชนี	475
Index	481