

ทัน รับมือไว ห่างไกลอัมพาต

กรมการแพทย์ เผย โรคหลอดเลือดสมองเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของไทย จำนวนผู้ป่วยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี ผู้ที่รอดชีวิตจากโรคนี้อาจต้องประสบกับความทุกข์ทรมานจากสภาพอัมพฤกษ์ อัมพาต และสังเกตอาการ หากพบความผิดปกติควรรีบพบแพทย์โดยเร็ว



นายแพทย์ณรงค์ อภิกุลวณิช โฆษกกรมการแพทย์ กล่าวว่า องค์การอัมพาตโลก (World Stroke Organization : WSO) ได้กำหนดให้วันที่ 29 ตุลาคมของทุกปีเป็นวันรณรงค์อัมพาตโลก นายแพทย์สุพรรณ ศรีธรรมมา อธิบดีกรมการแพทย์ จึงมีความห่วงใยอยากให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงห่างไกลโรค โดยเฉพาะโรคหลอดเลือดสมองแม้จะเป็นโรคที่อันตรายแต่เป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ โดยการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง เช่น งดดื่มเหล้า งดสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงอาหารประเภทไขมัน แป้ง น้ำตาล หันมารับประทานอาหารประเภทผักผลไม้ ไม่เครียด และหมั่นออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้จะช่วยให้ห่างไกลจากอัมพาตแล้วยังส่งผลให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและห่างไกลโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ

ส่วนผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง และโรคอ้วน ควรดูแลตัวเองและควบคุมโรคเพื่อป้องกันไม่ให้ไขมันอุดตันในเส้นเลือดและเส้นเลือดตีบโรคหลอดเลือดสมอง (Stroke) หรือโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต คือ ภาวะที่สมองขาดเลือดไปเลี้ยงทำให้เกิดอาการชาที่ใบหน้า ปากเบี้ยว พูดไม่ชัด แขน ขา ข้างใดข้างหนึ่งอ่อนแรงเคลื่อนไหวไม่ได้หรือเคลื่อนไหวลำบากทันทีทันใด เป็นนาทีหรือเป็นชั่วโมง

โรคหลอดเลือดสมอง แบ่งเป็น 2 ประเภทตามลักษณะที่เกิด คือ โรคหลอดเลือดสมองตีบหรือตัน และโรคหลอดเลือดสมองแตก โดยมีสาเหตุจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสม เช่น รับประทานอาหารเค็มจัด หวานจัด มันจัด ไม่รับประทานอาหารผักผลไม้ สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ไม่ออกกำลังกาย และเครียด ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลให้เกิดภาวะความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดและคอเลสเตอรอลสูง และเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญทำให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง

สำหรับสัญญาณเตือนอาการสมองขาดเลือดชั่วคราว อาจพบเพียง 1 อาการหรือมากกว่า ดังนี้ การอ่อนแรงของหน้า แขนหรือขาซีกเดียว สับสน พูดลำบาก พูดไม่รู้เรื่อง มีปัญหาการพูด การมองเห็นลดลง 1 หรือทั้ง 2 ข้าง มีปัญหาด้านการเดิน มึนงง สูญเสียการสมดุลการเดิน หากมีอาการดังกล่าวต้องรีบไปโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาโดยเร็วที่สุดภายใน 4.5 ชั่วโมง จะสามารถช่วยรักษาชีวิตและฟื้นฟูร่างกายให้กลับมาเป็นปกติหรือใกล้เคียงคนปกติมากที่สุด

โฆษกกรมการแพทย์ กล่าวเพิ่มเติมว่า ประชาชนควรรู้จักดูแลตนเองและหมั่นสำรวจความผิดปกติของร่างกายอยู่เสมอ จะสามารถช่วยป้องกันและลดความรุนแรงจากโรคดังกล่าวได้ นอกจากนี้ควรหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง สำหรับผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงหรือเป็นโรคนี้อยู่แล้วต้องเข้ารับการรักษารับประทานยาสม่ำเสมอที่สำคัญจะต้องปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด หากมีอาการผิดปกติควรรีบไปพบแพทย์ทันที

ที่มา: กรุงเทพมหานครออนไลน์