



หัวใจวาย

ภาวะหัวใจวาย คือ ภาวะที่หัวใจไม่สามารถจะบีบตัวเพื่อส่งเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆของร่างกายได้เพียงพอกับความต้องการในขณะนั้น แม้ว่าจะมีจำนวนเลือดมากพอ

ภาวะหัวใจวาย มักเกิดในระยะสุดท้ายของโรคหัวใจทุกชนิด และยังเป็นภาวะแทรกซ้อนของโรคอื่นๆอีกหลายชนิด

สาเหตุของภาวะหัวใจวาย

แบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ๆ คือ

1. ความผิดปกติจากการไหลเวียนเลือด เนื่องจาก
 - 1.1 การตีบหรือรั่วของลิ้นหัวใจ
 - 1.2 การมีความดันโลหิตสูง
 - 1.3 การรั่วของผนังกันหัวใจห้องซ้ายและขวา
 - 1.4 การรั่วของเส้นเลือดใหญ่
 - 1.5 หัวใจขยายได้ไม่เต็มที่เนื่องจากถูกบีบกดจากของเหลว
2. ความผิดปกติที่กล้ามเนื้อหัวใจ

เนื่องจากกล้ามเนื้อหัวใจตาย กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด การอักเสบของกล้ามเนื้อหัวใจ ซึ่งอาจเกิดจากการติดเชื้อ จากสารพิษ จากยาหรือจากการขาดวิตามินบีด้วย



3. ความผิดปกติที่จังหวะการเต้นของหัวใจ

การที่หัวใจเต้นผิดจังหวะทุกชนิดสามารถทำให้เกิดหัวใจวายได้ รวมทั้งการที่หัวใจเต้นช้าเกินไป คือ 50 ครั้งต่อนาที

นอกจากนี้ยังมีสาเหตุของโรคหัวใจที่มีสาเหตุจากสาเหตุอื่น เช่น การเพิ่มขึ้นของน้ำหรือเลือดในร่างกาย เช่น การคั่งของเกลือ และน้ำจากการได้รับยาพวกสเตียรอยด์หรือจากโรคไตวาย การให้เลือดหรือน้ำเกลือที่มากหรือเร็วเกินไป

นอกจากนี้ยังมีสาเหตุชักนำอื่น ได้แก่ การติดเชื้อโลหิตจาง ต่อมธัยรอยด์เป็นพิษ การตั้งครรภ์ ภาวะไข้สูง ไข้รูมาติก โรคติดเชื้อที่ลิ้นหัวใจ การอุดตันของเส้นเลือดของปอด การเปลี่ยนแปลงอารมณ์อย่างรุนแรงหรือการออกกำลังกายที่มากเกินไป

อาการและอาการแสดง

ผู้ป่วยภาวะหัวใจวาย มักมีอาการเหนื่อยง่าย อาการแบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ

1. ไม่มีอาการเลย
2. มีอาการขณะทำกิจวัตรประจำวันตามปกติ หรือ ออกแรงมากกว่าปกติ
3. เหนื่อยเมื่อออกแรงเพียงเล็กน้อย เช่น อาบน้ำ กินข้าว ล้างหน้า แปรงฟัน เป็นต้น แต่จะไม่มีอาการถ้าไม่ได้ออกแรง
4. เหนื่อยเมื่ออยู่เฉยๆ

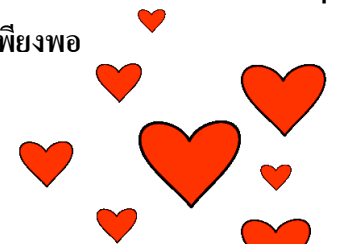


ภาวะหัวใจวาย แบ่งออกเป็น 2 ชนิด

1. หัวใจข้างซ้ายวาย

จะทำให้ผู้ป่วยมีอาการ ดังนี้...

- อาการเหนื่อยหอบ หายใจลำบาก เหนื่อยมากขึ้นเมื่อออกแรง เป็นอาการระยะแรกของผู้ป่วยหัวใจวายข้างซ้าย ถ้าพักสักครู่ อาการจะดีขึ้นหรือหายไป แต่ถ้าไม่ได้รับการรักษา ก็จะเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆจนกระทั่งอยู่เฉยๆก็มีอาการเหนื่อย
- อาการตื่นขึ้นมาหอบกลางดึก
- การหายใจแบบหุดเป็นพักๆหรือหยุดหายใจ สลับกับหายใจเร็วและแรง มักพบในผู้สูงอายุ
- อาการไอ อาจมีไอเป็นเลือดได้ แต่ส่วนใหญ่จะไอแห้งๆหรือมีเสมหะเป็นฟอง มักไอมากเวลานอน ถ้าลูกน้ำจะไอน้อยลง
- อาการเวียนศีรษะ อ่อนเพลีย เหนื่อยเนื่องจากจำนวนเลือดที่ออกจากหัวใจไปเลี้ยงส่วนต่างๆของร่างกายไม่เพียงพอ





2. หัวใจข้างขวา



สาเหตุที่พบบ่อยได้แก่ ปอดเรื้อรัง โรคหัวใจพิการตั้งแต่กำเนิด โรคเยื่อหุ้มหัวใจ และเกิดตามหลังหัวใจข้างซ้าย

จะทำให้ผู้ป่วยมีอาการ ดังนี้...

- เหนื่อย
- บวม โดยเฉพาะที่ขา ข้อเท้า และหลังเท้า ในคนที่นอนอยู่นานๆจะบวมบริเวณกระเบนเหน็บ
- แน่นอึดอัดบริเวณลิ้นปี่ เนื่องจากมีตับโต ถ้าเป็นอยู่นานจะมีอาการท้องมานร่วมด้วย



การรักษา

หลักสำคัญในการรักษาภาวะหัวใจวาย ได้แก่

1. การป้องกันมิให้ภาวะหัวใจวายเกิดขึ้น

โรคหัวใจบางชนิดป้องกันได้ เช่น โรคหัวใจรูมาติก โรคหัวใจขาดเลือด โดยทั่วไปดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอและปราศจากโรคภัยต่างๆ ก็สามารถป้องกันโรคหัวใจวายได้ระดับหนึ่ง

การปฏิบัติตัว ได้แก่

- การกินอาหารพอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย

- หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด เช่น หวานจัด เค็มจัด
- ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ตรวจสอบสุขภาพประจำปีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- หลีกเลี่ยงสารเสพติด
- ทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ
- หากเจ็บป่วยด้วยโรคติดเชื้อต้องเข้ารับการรักษารอคิดเชื้อทุกประเภท เพื่อป้องกันการเกิดภาวะโรคหัวใจวาย
- ผู้เป็นโรคหัวใจรูมาติก ควรได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง
- จำกัดปริมาณเกลือ

2. การรักษาภาวะหัวใจวาย

- ควรพบแพทย์ตามนัด และปฏิบัติตามคำแนะนำ ไม่ซื้อยารับประทานเอง
- ขจัดสาเหตุส่งเสริมที่ทำให้เกิดภาวะหัวใจวาย เช่น โรคโลหิตจาง ัษัยรอยด์เป็นพิษ หรือการติดเชื้อ เป็นต้น
- ลดการทำงานของหัวใจลง โดยการจำกัดกิจกรรมต่างๆ โดยให้ผู้ป่วยนอนพักมากหรือน้อยแล้วแต่ความรุนแรงของโรค ให้ผู้ป่วยนั่งห้องข้างเตียงหรือนอนศีรษะสูงบ้างเพื่อลดจำนวนเลือดที่ไหลกลับเข้าสู่หัวใจ และรับประทานยาที่แพทย์ให้ไป
- ลดการคั่งของน้ำและเกลือโดยจำกัดอาหารเค็ม จำกัดน้ำดื่ม และให้ยาขับปัสสาวะ



จัดพิมพ์โดย...กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

จังหวัดนครสวรรค์

โทร . 0-5621-9888 ต่อ 5200, 9801