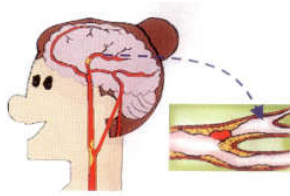


# โรคหลอดเลือดสมอง

ประชาชนทั่วไปมักเรียกว่า โรคอัมพฤกษ์หรืออัมพาต โรคนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ คือ

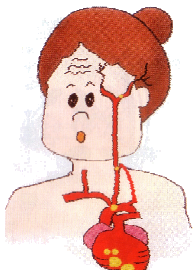
## 1. โรคหลอดเลือดสมองตีบหรืออุดตัน

อาจเกิดจากการตีบตันที่หลอดเลือดสมองเองหรือจากการมีลิ่มเลือดหลุดจากที่อื่น เช่น จากหัวใจและจากหลอดเลือดที่บริเวณคอมาอุดตันหลอดเลือดสมอง ทำให้สมองบางส่วนขาดเลือดหรือมีเนื้อสมองตาย



สาเหตุของโรคหลอดเลือดสมองตีบหรืออุดตัน เกิดจาก

1. หลอดเลือดแข็ง (Atherosclerosis) เกิดจากการเสื่อมของผนังหลอดเลือด มีไขมันและหินปูนมาจับ พบได้ทั้งในหลอดเลือดสมองเองและหลอดเลือดใหญ่ที่คอ มักพบในผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง หรือผู้ สูบบุหรี่
2. โรคหัวใจที่มีลิ่มเลือดหลุดไปอุดตันหลอดเลือดสมอง เช่น โรคลิ้นหัวใจผิดปกติ โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด
3. หลอดเลือดสมองอักเสบ
4. โรคเลือดบางชนิด



## 2. โรคหลอดเลือดสมองแตก

เกิดจากการแตกของหลอดเลือดสมอง ทำให้มีเลือดออกมาคั่งและทำลายเนื้อสมองในบริเวณนั้น นอกจากนี้ อาจกดเบียดสมองส่วนที่อยู่ใกล้เคียง ทำให้สมองส่วนนั้นทำหน้าที่ไม่ได้ตามปกติ จึงเกิดอาการอัมพฤกษ์หรืออัมพาต

สาเหตุของโรคหลอดเลือดสมองแตก เกิดได้จาก

1. โรคความดันโลหิตสูง
2. หลอดเลือดสมองผิดปกติแต่กำเนิด

## อาการของโรคหลอดเลือดสมอง

สมองเป็นอวัยวะที่สำคัญที่สุดของร่างกาย ทำหน้าที่ในการควบคุมการทำงานทุกระบบ เช่น การเคลื่อนไหวระบบประสาทสัมผัสชนิดต่าง ๆ เป็นต้น สมองในตำแหน่งต่าง ๆ ทำหน้าที่แตกต่างกันไป

ดังนั้น อาการของโรคหลอดเลือดสมองจึงเกิดขึ้นได้หลายแบบ ขึ้นอยู่กับตำแหน่งที่เกิดโรคหากสมองส่วนใดสูญเสียการทำงานไป ก็จะเกิดอาการผิดปกติของร่างกายในระบบที่สมองบริเวณนั้นควบคุมอยู่

อาการมักเกิดอย่างรวดเร็วหรือทันทีทันใด เนื่องจากสมองขาดเลือดไปเลี้ยงทันที แต่ในบางครั้งอาจมีอาการแบบเป็น ๆ หาย ๆ หรือค่อย ๆ เป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ ในระยะเวลาอันสั้น

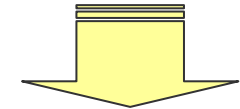
อาการของโรคหลอดเลือดสมอง ได้แก่

- อ่อนแรงของร่างกายครึ่งซีก
- ชาครึ่งซีก
- เวียนศีรษะ ร่วมกับเดินเซ
- ตามัวหรือมองเห็นภาพซ้อน
- พูดไม่ชัด ลิ้นแข็ง
- ปวดศีรษะ อาเจียน
- ซึม ไม่รู้สึกตัว



## สัญญาณเตือนภัยของโรคหลอดเลือดสมอง

1. อ่อนแรงครึ่งซีก
2. เวียนศีรษะหรือหมดสติ
3. ปวดหัวรุนแรงเฉียบพลัน
4. พูดไม่ชัดหรือลิ้นแข็ง
5. ตามัวหรือเห็นภาพซ้อน

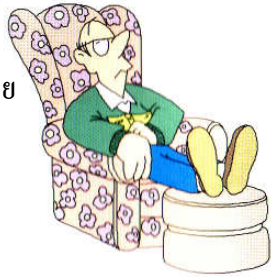


เมื่อเกิดอาการข้างต้น รีบไปพบแพทย์ทันที อย่ามัวรอช้า เพราะรักษาเร็วจะได้ผลดี



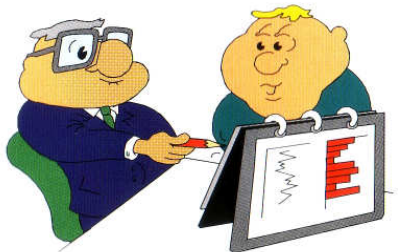
## ปัจจัยเสี่ยงของ การเกิดโรคหลอดเลือดสมอง

1. โรคความดันโลหิตสูง เพิ่มความเสี่ยง 3 – 17 เท่า
2. โรคเบาหวาน เพิ่มความเสี่ยง 3 เท่า
3. การสูบบุหรี่ เพิ่มความเสี่ยง 2 เท่า
4. ไขมันเลือดสูง เพิ่มความเสี่ยง 1.5 เท่า
5. โรคหัวใจ
6. ขาดการออกกำลังกาย
7. สูงอายุ



## การป้องกันโรค

1. ตรวจวัดความดันโลหิตอย่างน้อยปีละครั้ง
2. งดสูบบุหรี่
3. ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด
4. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
5. งดอาหารรสเค็มและไขมันสูง
6. ควรได้รับการตรวจร่างกายจากแพทย์เป็นประจำ
7. กินยาป้องกันการเกาะกลุ่มของเกร็ดเลือด ตามแพทย์สั่ง



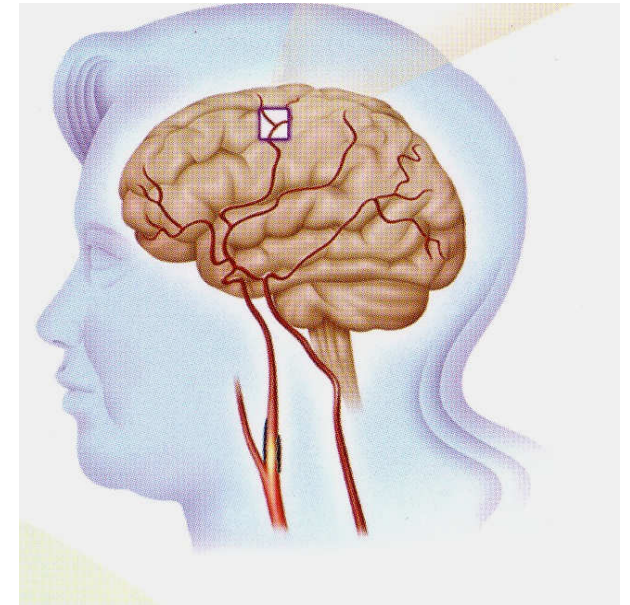
## การประเมินปัจจัยเสี่ยง ของโรคหลอดเลือดสมองด้วยตนเอง

ขอให้ท่านตรวจสอบปัจจัยเสี่ยงของท่าน  
โดยตอบคำถามต่อไปนี้

- อายุมากกว่า 40 ปีหรือไม่
- เป็นโรคความดันโลหิตสูงหรือไม่
- สูบบุหรี่หรือไม่
- เป็นเบาหวานหรือไม่
- ระดับไขมันโคเลสเตอรอลในเลือดสูงหรือไม่
- เป็นโรคหัวใจหรือไม่
- มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนหรือไม่
- มีกิจกรรมทางกาย เช่น เดินหรือออกกำลังกาย  
อย่างน้อย 3 ครั้ง/สัปดาห์ ครั้งละ 30 นาที  
หรือไม่
- ชอบรับประทานอาหารประเภททอด ของมัน  
หรืออาหารรสเค็มหรือไม่
- ดื่มแอลกอฮอล์มากกว่า 2 แก้วต่อวันหรือไม่
- ท่านมีญาติ เช่น พ่อ แม่ พี่ น้อง ปู่ ย่า  
ป้า เป็นโรคหลอดเลือดสมองหรือไม่

ถ้าท่านตอบว่ามีหรือใช่ข้อใดข้อหนึ่ง  
แสดงว่าท่านมีความเสี่ยงและถ้าท่านตอบว่ามีหรือ  
ใช่มากกว่าหนึ่งข้อ แสดงว่าท่านยังมีความเสี่ยง  
มากขึ้น

# โรคหลอดเลือดสมอง (โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต)



จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

จังหวัดนครสวรรค์

โทร 056 – 219801 / 056 – 219888 ต่อ 5200