

โรคหลอดเลือดสมอง (stroke)

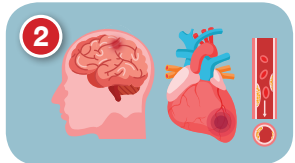
โรคหลอดเลือดสมอง หรือ โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต เป็นโรคซึ่งเกิดจากความผิดปกติของหลอดเลือดในสมอง แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ สมองขาดเลือด และเลือดออกในสมอง ทำให้สูญเสียการทำหน้าที่ อาจเกิดขึ้นทันทีทันใด มีอาการและอาการแสดงอยู่ยาวนานกว่า 24 ชั่วโมง



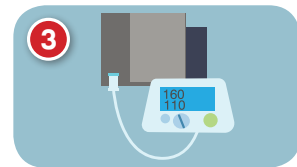
ปัจจัยเสี่ยง



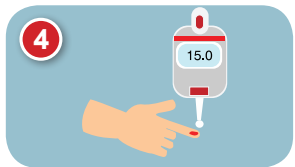
1 อายุ ยิ่งอายุมากขึ้นความเสี่ยงก็จะเพิ่มตามอายุ



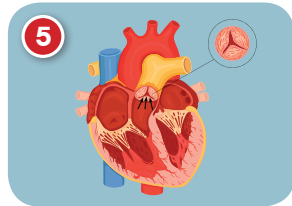
2 มีประวัติคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคหลอดเลือดสมองหรือหัวใจขาดเลือด



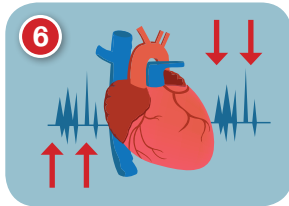
3 ความดันโลหิตสูง



4 น้ำตาลในเลือดสูง



5 โรคหัวใจหรือโรคหลอดเลือดหัวใจ เช่น โรคเส้นหัวใจรั่ว



6 โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ



7 ภาวะไขมันในเลือดสูง



8 อ้วน หรือมีน้ำหนักมากกว่าปกติ



9 สูบบุหรี่



10 ไม่ออกกำลังกาย

สัญญาณเตือนโรคหลอดเลือดสมอง



1 ปวดศีรษะรุนแรง เจ็บพลัน คลื่นไส้ และอาเจียนพุ่ง เวียนศีรษะ เค้นเซ



2 ตามัว หรือ ตามองไม่เห็นข้างใดข้างหนึ่ง หรือเห็นภาพซ้อนทันทีทันใด



3 แขนขา อ่อนแรง



4 ปากเบี้ยว พูดไม่ชัดหรือลำบากพูดไม่ออก

ควรทำอย่างไรเมื่อเกิดสัญญาณเตือน



ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที อย่ามัวรอช้า เพราะรักษาเร็วจะได้ผลดี

1646 (ศูนย์อรารวิน)

1669

โทร 1646 (ศูนย์อรารวิน) หรือ 1669 เพื่อให้รถพยาบาลมารับ หรือ ไปสถานพยาบาลที่ใกล้ที่สุด

สังเกตอาการตามหลัก FAST

F — A — S — T

F : Face



ใบหน้าอ่อนแรง เช่น มุมปากไม่เท่ากัน ปากข้างหนึ่งตก ยิ้มไม่เท่ากัน

A : Arm



แขนขาอ่อนแรง ข้างใดข้างหนึ่ง

S : Speech



พูดผิดปกติ เช่น พูดไม่ชัด พูดไม่ออก พูดไม่รู้เรื่อง

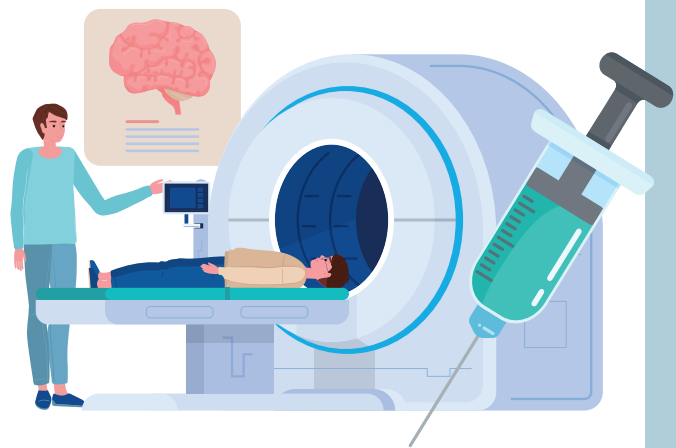
T : Time



รีบไปโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

การรักษาที่ดีที่สุด คือ

การป้องกันไม่ให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง หากมีอาการของโรคหลอดเลือดสมอง **ปากเบี้ยว แขนขาอ่อนแรงครึ่งซีก พูดไม่ชัด** โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลอดเลือดชนิดตีบอุดตัน ควรรีบไปโรงพยาบาลโดยเร็ว หากมา **ทันภายใน 3 ชม.** จะได้รับการตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT Scan) และ **ฉีดยาละลายลิ่มเลือด (Rt-PA)** ซึ่งจะลดการเสียชีวิตหรือเกิดความพิการน้อยที่สุด



การป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

1



งดสูบบุหรี่
หลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์

2



ควบคุมโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต โภชนาการกินให้อยู่ในระดับปกติ

3



งดอาหารเค็มและไขมันสูง

4



ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

5



ตรวจวัดความดันโลหิตอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และรับการตรวจร่างกายจากแพทย์เป็นประจำทุกปี

6



กินยาป้องกันการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดตามแพทย์สั่ง

สำนักงานพัฒนาระบบสาธารณสุข สำนักงานามัย กรุงเทพมหานคร

โทร. 0 2203 2855 www.bangkok.go.th/health



สำนักงานามัย กรุงเทพมหานคร

สปธ.02/04/65



หลอดเลือดสมอง รู้ก่อน..ป้องกันได้

