

## ม.มหิดล ชีงานวิจัยพบภาวะวูบเป็นลมหมดสติ 80% เป็นผู้สูงวัย สาเหตุจากทั้งโรคหัวใจ และอื่นๆ

🕒 27 ธ.ค. 2565 10:15:58 | 👁 13 ครั้ง



นายแพทย์ฐิติชัย วงศ์ศิริอำนวย อายุรแพทย์ประจำศูนย์การแพทย์มหิดลบำรุงรักษ์ จังหวัดนครสวรรค์ หนึ่งในส่วนงานหลักของโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ผู้สูงวัยที่ต้องยืน หรือเดินนานๆ อาจเกิด "อาการวูบ" ได้ คือภาวะที่เลือดเกิดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ ทั้งที่เป็นเฉียบพลันและชั่วคราว สาเหตุอาจเกิดได้จากทั้งความผิดปกติของหัวใจ หรืออื่นๆ นายแพทย์ฐิติชัย วงศ์ศิริอำนวย อายุรแพทย์ประจำศูนย์การแพทย์มหิดลบำรุงรักษ์ จังหวัดนครสวรรค์ หนึ่งในส่วนงานหลักของโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งได้รับการจัดตั้งขึ้นเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการช่วยดูแลผู้สูงวัย ทั้งในระดับบุคคล และชุมชน กล่าวได้ว่า จากงานวิจัยพบว่า ร้อยละ 80 ของผู้ที่มีภาวะวูบเป็นลมหมดสติ มักมีอายุมากกว่า 65 ปี

โดยอาจเป็นภาวะที่สัมพันธ์กับการล้มในผู้สูงอายุ และเกิดการบาดเจ็บได้ สาเหตุเกิดจากภาวะจากหัวใจ อาทิ หัวใจขาดเลือด หัวใจเต้นผิดจังหวะ กล้ามเนื้อหัวใจโต ลิ้นหัวใจตีบ หรือรั่ว และไม่ใช้หัวใจ หลักๆ คือการทำงานผิดปกติของระบบประสาทอัตโนมัติ หรือกลุ่มความดันโลหิตต่ำช่วงขณะจากการเปลี่ยนท่าทาง มักสัมพันธ์กับระบบประสาทอัตโนมัติล้มเหลว

โดยเฉพาะในผู้ป่วยเบาหวาน เป็นต้น ยาบางชนิด หรือภาวะขาดน้ำ วิธีสังเกตง่ายๆ ว่าวูบจากสาเหตุใด ให้ดูอาการผิดปกติอื่นๆ ร่วมด้วย อาทิ ที่เกิดแบบเฉียบพลันเวลาเปลี่ยนท่าจากนอนเป็นนั่ง หรือจากนั่งเป็นยืน หรือสัมพันธ์กับการบางอย่าง เช่น ไอ จาม เบ่ง เป็นต้น หากสัมพันธ์กับหัวใจ มักมีอาการ เช่น เจ็บแน่นหน้าอก ใจสั่นมากผิดปกติ นอนราบไม่ได้ ขาบวม เป็นต้น

อาการบางอย่างที่คล้ายกับภาวะวูบจะทำให้มีอาการเวียนศีรษะ อ่อนเพลีย แขนขาอ่อนแรง หรือหมดสติ โดยภาวะที่พบบ่อยในผู้สูงวัย ได้แก่ เกลือแร่ผิดปกติ น้ำตาลต่ำ อาการลมชัก หรือสมองขาดเลือด เป็นต้น

"หัวใจมีอัตราการเต้นปกติในผู้ใหญ่และผู้สูงวัยจะอยู่ระหว่าง 60 - 100 ครั้งต่อนาที อาจจะมากกว่านี้ได้ ถ้าทำกิจกรรม เช่น เดิน ออกกำลังกาย เป็นต้น ซึ่งเป็นภาวะตอบสนองต่อร่างกายในภาวะปกติ

แต่ถ้าหัวใจเต้นเร็ว ร่วมกับมีอาการหน้ามืด วูบหมดสติ เจ็บแน่นหน้าอก เหนื่อยแตกตัวเย็น หรือ 120 - 130 ครั้งต่อนาทีขึ้นไปในขณะที่นั่งพัก ถือว่าอยู่ในภาวะที่น่าเป็นกังวล อาจต้องพบแพทย์ เพื่อเข้ารับการตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจโดยละเอียดเพื่อหาสาเหตุและแนวทางการรักษาต่อไป

นอกจากนี้ ความดันโลหิตที่ผิดปกติยังบ่งบอกได้ถึงความเสี่ยงต่ออาการวูบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาวะความดันโลหิตต่ำ ผู้สูงวัยโดยทั่วไปควรมีความดันตัวบนไม่ต่ำกว่า 90 มิลลิเมตรปรอท ในขณะที่ความดันตัวล่างไม่ควรต่ำกว่า 60 มิลลิเมตรปรอท นายแพทย์ฐิติชัย วงศ์ศิริอำนวย กล่าว

เมื่อพบผู้สูงวัยมีอาการวูบ ควรหาที่ที่มีอากาศถ่ายเทให้หนึ่งแบบมีพนักพิงหลัง แล้วให้สุดลมหายใจเข้า-ออกหลายๆ หากมีอาการมาก ควรจัดเสื้อผ้าให้หลวม และให้นอนราบในที่ที่มีอากาศถ่ายเท โดยหนุนปลายเท้าให้สูงขึ้น บีบมือ หรือเอาขาไขว้กัน เพื่อให้เลือดได้ไหลลงมาหล่อเลี้ยงที่สมอง จะทำให้มีอาการดีขึ้น

หากปฏิบัติตามนี้ภายใน 5 นาทีแล้วยังมีอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการอื่นๆ ร่วม อาทิ พุดจาสับสน ปากเบี้ยว ชักเกร็ง แขนขาอ่อนแรง เจ็บแน่นหน้าอก ท้องเสีย หรืออาเจียนรุนแรงหรือมีเลือดออกรุนแรง มีโรคประจำตัวอยู่เดิม ควรรีบส่งแพทย์ นอกจากนี้ ควรจัดสถานที่ไม่ให้มีของวางเกะกะ และมีแสงสว่างที่เพียงพอ และบนพื้นควรมีแรงเสียดทานเพียงพอที่จะไม่ทำให้ลื่นหกล้ม

เพื่อการใช้ชีวิตที่ไม่ประมาท ผู้สูงวัยควรได้รับการตรวจสอบสุขภาพประจำปีอย่างต่อเนื่อง โดยที่ ศูนย์การแพทย์มหิดลบำรุงรักษา จังหวัดนครสวรรค์ เปิดให้บริการตรวจสอบสุขภาพทั่วไป และเพื่อเฝ้าระวังการเกิดโรคมาเรียมะเร็งต่างๆ ที่มักเกิดกับผู้สูงวัย อาทิ มะเร็งลำไส้ใหญ่ มะเร็งตับ มะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งรังไข่ มะเร็งเต้านม มะเร็งท่อน้ำดี และมะเร็งปากมดลูกติดต่อเข้ารับบริการได้ทุกวัน จันทร์ - ศุกร์ เวลา 08.00 - 15.00 น. เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดนักขัตฤกษ์สอบถามรายละเอียดได้ที่ โทร.056-009609 ต่อ 2 แผนกตรวจสอบสุขภาพ



**ศูนย์การแพทย์มหิดลบำรุงรักษา จังหวัดนครสวรรค์**  
**เปิดให้บริการ “ตรวจสุขภาพประจำปี”**  
**ทุกวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 08.00-15.00น.**  
**(ยกเว้นวันหยุดราชการ)**

เพื่อความสะดวกในการให้บริการ และลดความแออัด  
ขอความร่วมมือผู้รับบริการทุกท่าน  
**\*\*\* กรุณานัดหมายล่วงหน้า \*\*\***

หมายเหตุ : กรณีตรวจอัลตราซาวด์ช่องท้อง และตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม  
(แม่ไม่ทราบ) กรุณาจองคิวล่วงหน้า

**โทร 056-009609 ต่อ 2 แผนกตรวจสอบสุขภาพ**

ติดตามข่าวสารที่น่าสนใจจากมหาวิทยาลัยมหิดลได้ที่ [www.mahidol.ac.th](http://www.mahidol.ac.th)

สัมภาษณ์ และเขียนข่าวโดย ฐิติรัตน์ เดชพรหม นักประชาสัมพันธ์ (ชำนาญการ) งานสื่อสารองค์กร กองบริหารงานทั่วไป สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล