



- **โรคหลอดเลือดสมอง (Stroke)**

โรคหลอดเลือดสมอง หรือ Stroke คือภาวะที่สมองขาดเลือดไปเลี้ยง เนื่องจากหลอดเลือดตีบ อุดตัน หรือ หลอดเลือดแตก ส่งผลให้เนื้อเยื่อสมองถูกทำลาย ทำให้การทำงานของสมอง บางส่วนหรือทั้งหมดผิดปกติไป อาการมักจะเกิดขึ้นทันทีทันใด

- **โรคหลอดเลือดสมอง (Stroke) แบ่งออกไป 2 ประเภท**

1. หลอดเลือดสมองตีบหรืออุดตัน (Ischemic Stroke) ทำให้เนื้อเยื่อสมองขาดเลือด โดยอาจเกิดจากหลอดเลือดสมองตีบ จากการสะสมของไขมันในหลอดเลือดและ หลอดเลือดสมองอุดตันจากการมีลิ่มเลือดจากหัวใจไปอุดตันหลอดเลือดสมอง ซึ่งทั้งสองแบบทำให้การไหลเวียนเลือดในสมองเสียไป เกิดสมองขาดเลือดหรือ เนื้อเยื่อสมองตาย

2. หลอดเลือดสมองแตกหรือฉีกขาด (Hemorrhagic stroke) เกิดจากหลอดเลือด มีความเปราะบางจากภาวะความดันเลือดสูง หรือหลอดเลือดเสียความยืดหยุ่น จากการสะสมของไขมันในหลอดเลือด ทำให้แตกง่าย ส่งผลทำให้เกิดเลือดออกในสมอง และเกิดความเสียหายต่อเนื้อเยื่อสมอง

### ● **สมองขาดเลือดชั่วคราว (Transient ischemic attack หรือ TIA)**

สมองขาดเลือดชั่วคราว (Transient ischemic attack หรือ TIA) คือ การที่ปริมาณเลือด ไปเลี้ยงสมองส่วนใดส่วนหนึ่งน้อยลงทันที และสามารถกลับคืนสู่สภาพเดิมได้ในเวลาอันรวดเร็ว ทำให้ไม่เกิดภาวะเนื้อสมองตายจากการขาดเลือด

### ● **สังเกตอาการโรคหลอดเลือดสมองตามหลัก FAST**

อาการของโรคหลอดเลือดสมองมักเป็นทันทีทันใด ถ้าเราสามารถสังเกตอาการ ได้อย่างทันทั่วถึงที่จะช่วยเพิ่มโอกาสรอดชีวิตและลดความเสี่ยงอัมพฤกษ์ อัมพาต และรักษาการทำงานของสมองให้กลับมาเป็นปกติได้ สามารถสังเกตอาการตามหลัก FAST ได้แก่

**F (Face)** ผู้ป่วยจะมีอาการหน้าเบี้ยว หรือปากเบี้ยวด้านใดด้านหนึ่ง หรือผู้ป่วยบางท่านอาจมีอาการระหว่างรับประทานอาหาร เช่น อาหารไหลออกจากปาก หรือน้ำลายไหลออกจากมุมปากด้านใดด้านหนึ่ง ทดสอบง่าย ๆ ได้โดยให้ผู้ป่วยลองยิ้ม หรือยิงฟัน แล้วสังเกตว่าปากเบี้ยวหรือมุมปากตก

**A (Arms)** อาการแขนขาอ่อนแรง ผู้ป่วยจะขยับแขนขาด้านใดด้านหนึ่งไม่ได้ อาจจะเป็นเฉพะขา หรือเป็นทั้งแขนขาซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นด้านเดียวกัน ทดสอบง่าย ๆ โดยการให้ผู้ป่วยลองยกแขนขาทั้งสองข้าง ถ้าตกด้านใดด้านหนึ่ง แสดงว่ามีความผิดปกติ

**S (Speech)** ผู้ป่วยจะมีอาการพูดไม่ชัด พูดอ้อแอ้ เหมือนลิ้นคับปาก หรือบางคนมีอาการพูดไม่ออก หรือฟังคำสั่งไม่รู้เรื่อง ญาติบางคนอาจคิดว่าผู้ป่วยมีอาการสับสนทดสอบได้ง่าย ๆ ด้วยการให้ผู้ป่วยพูดตามในคำง่าย ๆ เช่น กรุงเทพมหานคร หรือชี้ให้ดูปากกา นาฬิกา แล้วถามว่าของสิ่งนั้นเรียกว่าอะไร หรือให้ทำตามคำสั่งง่าย ๆ เช่น ชูสองนิ้ว เป็นต้น

- **T (Time)** เพราะเวลาเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง การรีบนำผู้ป่วยที่สงสัยว่ามีภาวะ โรคหลอดเลือดสมองจากการสังเกตหลัก FAST ไปโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดโดยเร็วที่สุด เพื่อป้องกันความเสียหายที่จะเกิดขึ้นกับสมอง เพราะทุกวินาทีที่ผ่านไป เซลล์สมองจะเสียหายมากขึ้น ซึ่งหากได้รับการรักษาที่รวดเร็ว จะช่วยลดความเสียหายของเนื้อสมอง

### ● **แนวทางการรักษาโรคหลอดเลือดสมอง**

การรักษาผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองชนิดที่ขาดเลือดเฉียบพลัน หลัง 4.5 ชั่วโมงแรก ผู้ป่วยกลุ่มนี้ เนื้อสมองที่ขาดเลือดจะตายทั้งหมดหรือเกือบทั้งหมด การเปิดหลอดเลือดโดยยาละลายลิ่มเลือด ไม่ช่วยให้เนื้อสมองฟื้นตัว แต่อาจทำให้มีโอกาสเลือดออกในสมองเพิ่มขึ้นได้ จึงห้ามใช้ยาละลายลิ่มเลือดในผู้ป่วยกลุ่มนี้ แต่ควรได้รับการรักษาด้วยยา

- ยาต้านเกล็ดเลือด
- ยาป้องกันเลือดแข็งตัว ( Anticoagulant )
- ยาลดความดันโลหิต
- ยาลดไขมัน

การบำบัดรักษาอาการของโรคหลอดเลือดสมอง หมายถึง การฟื้นฟูอาการแขนขาอ่อนแรงจากการเป็นอัมพาตอัมพฤกษ์แล้ว ยังรวมถึงการฝึกฝนเพื่อบำบัดรักษาอาการบกพร่องต่างๆ เช่น การพูด การกลืนกินอาหาร และอื่นๆ เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถกลับไปใช้ชีวิตในสังคมได้ตามเดิม เวชศาสตร์ฟื้นฟูสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง แบ่งได้เป็น 3 ระยะคือ “ระยะเฉียบพลัน” “ระยะฟื้นฟู” และ “ระยะทรงตัว”

1.ระยะเฉียบพลัน คือ ระยะ 1-2 สัปดาห์หลังจากมีอาการป่วยเป็นโรคหลอดเลือดสมอง การบำบัดฟื้นฟูในช่วงนี้ จะเริ่มในขณะที่ผู้ป่วยยังนอนอยู่บนเตียง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อจะป้องกันการหดตัวของกล้ามเนื้อและการยึดติดของข้อต่อ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนการบำบัดฟื้นฟูในช่วงต่อไป ก่อนที่จะทำการบำบัดฟื้นฟู ผู้ป่วยจะต้องได้รับการตรวจคัดกรองจากแพทย์ เพื่อประเมินระดับการรับรู้ อาการอ่อนแรง อาการชา และระดับการเคลื่อนไหวของข้อต่อต่างๆก่อน จากนั้นแพทย์และนักกายภาพบำบัดจะกำหนดเป้าหมายในการฟื้นฟู และให้การบำบัดฟื้นฟูผู้ป่วยตามแผนที่วางไว้ต่อไป เมื่อทำการบำบัดฟื้นฟูเบื้องต้นในขั้นนี้แล้ว ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะมีกำลังกล้ามเนื้อกลับคืนมาเพียงพอที่จะนั่งบนเตียงได้ จึงจะทำการฝึกให้ผู้ป่วยสามารถทรงตัวในท่านั่งได้เป็นเวลานานๆ

2.ระยะฟื้นฟู คือ ระยะ 3-6 เดือนหลังจากมีอาการป่วยเป็นโรคหลอดเลือดสมอง อาการของผู้ป่วยในช่วงนี้จะเริ่มทรงตัว และสามารถนั่งเป็นเวลานานๆได้ จึงจะเริ่มทำการบำบัดฟื้นฟูที่ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูหรือแผนกกายภาพบำบัดเฉพาะทาง โดยจะทำการบำบัดฟื้นฟูอย่างเข้มข้นตามแผนการฟื้นฟูที่แพทย์กำหนดไว้ให้กับผู้ป่วยแต่ละราย

3.ระยะทรงตัว คือ ระยะที่พ้นจากระยะฟื้นตัวไปแล้ว โดยทั่วไปผู้ป่วยแต่ละราย จะมีการฟื้นฟูที่ดีขึ้นเมื่อเทียบกับช่วงแรกภายหลังจากที่ล้มป่วยใหม่ๆ แต่ในทางตรงกันข้ามหากสมรรถนะใดไม่สามารถฟื้นฟูให้กลับมาเป็นปกติได้ในช่วงนี้ ก็มีโอกาสูงที่อาการบกร่องพิการนั้นจะเหลือติดตัวไปตลอดชีวิต ระยะทรงตัว จึงเป็น ระยะที่ผู้ป่วยจะต้องทำการบำบัดอย่างต่อเนื่อง เมื่อผู้ป่วยออกจากโรงพยาบาลกลับมาอยู่ ที่บ้าน จึงยังต้องทำการบำบัดฟื้นฟูที่บ้าน หรือที่สถานพยาบาลเฉพาะทางอย่างต่อเนื่องไป ตลอดชีวิต เพื่อรักษาสมรรถภาพนั้นๆให้คงอยู่ตลอดไป

### การฝึกกายภาพบำบัดในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

- 1.การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและป้องกันข้อต่อยึดติด
- 2.การฝึกทรงตัวในท่านั่งและทำยืน
- 3.การฝึกเคลื่อนย้ายตัวบนเตียงและการใช้รถเข็น
- 4.การฝึกเดิน โดยใช้หรือไม่ใช้อุปกรณ์ช่วยเดิน
- 5.การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความทนทานของหัวใจ เช่น ฝึกออกกำลังกายในน้ำ (ธาราบำบัด), ปั่นจักรยานไม่เคลื่อนที่ (Recumbent bike), เดินบนลู่วิ่ง (Treadmill)

### ตรวจเช็คอาการ “โรคหลอดเลือดสมอง” (STROKE)

 <p><b>F</b>ace ใบหน้าเบี้ยว</p>	 <p><b>A</b>rm แขนขาอ่อนแรง</p>
 <p>พูดไม่ชัด <b>S</b>peech</p>	<p>ระยะเวลาที่มีอาการ ต้องรักษาภายใน 3 ชั่วโมง</p>  <p><b>T</b>ime</p>



**ปาดเจ็บป่วยฉุกเฉิน 1669**