



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

เช็กอาการ โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ ภัยเงียบที่อันตรายกว่าที่คิด

หัวใจ เป็นหนึ่งในอวัยวะสำคัญของร่างกายที่ทำงานอยู่ตลอดเวลาเพื่อสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงทุกส่วนให้ทำงานได้อย่างราบรื่น แต่บางครั้งอาจมีวันที่เต้นผิดปกติ ไม่ว่าจะเต้นเร็วหรือช้าเกินไป หรือเต้นไม่สม่ำเสมอ ซึ่งอาการเหล่านี้สังเกตได้ยากจากภายนอก บางคนกว่าจะรู้ตัวอีกทีก็ตอนที่รู้สึกอ่อนเพลียและใจสั่น หรือเจ็บแน่นหน้าอก หรือบางทีก็ถึงขั้นหน้ามืดเป็นลมไป ซึ่งอาจเป็นสัญญาณของ "โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ" ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติ ทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงร่างกายได้ไม่เต็มที่ และหากปล่อยไว้นาน อาจนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนมากมาย

นายแพทย์ศรัณย์พงศ์ ภิบาลญาติ อายุรแพทย์ผู้ชำนาญการโรคหัวใจ ศูนย์หัวใจ และหลอดเลือด รพ.วิมุต เผยถึงอาการของโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ พร้อมบอกแนวทางป้องกันและรักษา เพื่อให้ทุกคนได้รู้ทันโรคและรับมือได้ทันท่วงที

โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ ภัยเงียบที่ไม่ควรมองข้าม

โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ (Cardiac Arrhythmia) เกิดจากความผิดปกติของจุดกำเนิดกระแสไฟฟ้าในหัวใจ หรือกระแสไฟฟ้าในหัวใจวิ่งลัดวงจร อาจทำให้ทั้งหัวใจเต้นเร็วหรือช้าเกินไปกว่าปกติ หัวใจเต้นช้าสลับเร็ว รวมถึงมีคลื่นไฟฟ้าหัวใจเต้นแทรกขึ้นมาเป็นครั้งคราว ส่งผลให้หัวใจทำงานได้ไม่เต็มที่ เกิดการไหลเวียนของเลือดไม่ปกติ โดยลักษณะทั่วไปของภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะสามารถแบ่งได้ 3 แบบ ได้แก่



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

กำเนิดกระแสไฟฟ้าในหัวใจ หรือกระแสไฟฟ้าในหัวใจวังลัดวงจร อาจทำให้ทั้งหัวใจเต้นเร็วหรือช้าเกินไปกว่าปกติ หัวใจเต้นช้าสลับเร็ว รวมถึงมีคลื่นไฟฟ้าหัวใจเต้นแทรกขึ้นมาเป็นครั้งคราว ส่งผลให้หัวใจทำงานได้ไม่เต็มที่ เกิดการไหลเวียนของเลือดไม่ปกติ โดยลักษณะทั่วไปของภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะสามารถแบ่งได้ 3 แบบ ได้แก่

- หัวใจเต้นเร็วกว่าปกติ ทั้งๆ ที่ไม่ได้ทำกิจกรรมอะไร หรือเต้นช้ามากกว่าปกติ จนวิงเวียนหรือถึงกับจะเป็นลม
- หัวใจเต้นแรงขึ้นจนรู้สึกใจสั่นหรือเต้นสะดุด
- หัวใจเต้นระรัว จนรู้สึกไม่สม่ำเสมอ

นพ.ศรัณย์พงษ์ ภิบาลญาติ กล่าวเสริมว่า "หัวใจเต้นช้ามากกว่าปกติ ก็เป็นอีกหนึ่งรูปแบบที่เกิดขึ้นได้ แต่พบได้น้อยกว่า เพราะมักเกิดในผู้สูงอายุ โดยไม่ว่าจะเต้นเร็วและเต้นช้ากว่าปกติก็ถือว่าอันตราย เพราะในระยะยาวอาจเสี่ยงภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ โรคหัวใจล้มเหลวทั้งเฉียบพลันและเรื้อรัง โรคหลอดเลือดสมองตีบ และเพิ่มโอกาสในการเสียชีวิตจากโรคหัวใจ"

อาการโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ

- มีอาการใจสั่น เหนื่อยง่าย
- เวียนหัวตาลาย
- เจ็บแน่นหน้าอก
- บางคนก็ถึงขั้นหน้ามืดเป็นลม



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

ปัจจัยและสัญญาณเสี่ยง "โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ"

ปัจจัยเสี่ยงภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ อาจเกิดจากพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น

- ภาวะเครียดสะสม
- พักผ่อนน้อย
- ดื่มเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีนสูง เช่น ชา กาแฟ น้ำอัดลม
- ผู้ที่มีโรคประจำตัวบางอย่าง เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคกล้ามเนื้อหัวใจหนาตัว
- ผู้ที่มีภาวะต่อมไทรอยด์เป็นพิษ ก็เสี่ยงต่อโรคนี้นี้มากกว่าคนปกติ

นอกจากนี้ โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ อาจเกิดกับผู้ที่มีหัวใจพิการแต่กำเนิดหรือโรคหัวใจทางพันธุกรรม ที่ส่งผลให้มีการนำไฟฟ้าผิดปกติหรือหัวใจเต้นผิดจังหวะ

โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ อันตรายที่ป้องกันและรักษาได้

การป้องกันภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ ทำได้โดยการปรับพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน คือ หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงเพื่อช่วยลดโอกาสในการเกิดโรคได้ เช่น

- การดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีน และแอลกอฮอล์
- พักผ่อนให้เพียงพอ



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/home>

โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ อันตรายที่ป้องกันและรักษาได้

การป้องกันภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ ทำได้โดยการปรับพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน คือ หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงเพื่อช่วยลดโอกาสในการเกิดโรคได้ เช่น

- การดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีน และแอลกอฮอล์
- พักผ่อนให้เพียงพอ
- ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบ 5 หมู่
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ

ส่วนผู้ที่มีภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ แพทย์จะรักษาตามอาการและชนิดของโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะในแต่ละคน ซึ่งการตรวจวินิจฉัย มีหลายวิธี เช่น

- การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจขณะพัก
- เครื่องบันทึกคลื่นไฟฟ้าหัวใจแบบพกพาเป็นเวลา 24-48 ชั่วโมง
- อัลตราซาวนด์หัวใจด้วยคลื่นเสียงสะท้อนความถี่สูง
- เครื่องบันทึกคลื่นไฟฟ้าหัวใจขณะมีอาการแบบ 7 หรือ 14 วัน
- การตรวจสมรรถภาพหัวใจ
- การทดสอบภาวะการเป็นลมหมดสติด้วยเตียงปรับระดับ

"เมื่อทราบรายละเอียดของโรค แพทย์จะเลือกวิธีการรักษาให้เหมาะกับแต่ละคน มีตั้งแต่การใช้ยาเพื่อควบคุมการเต้นของหัวใจที่เร็วมากเกินไป และการใช้กระแสไฟฟ้าหรือคลื่นวิทยุเพื่อปรับการเต้นของหัวใจให้ปกติ รวมถึงการใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจ กรณีหัวใจเต้นช้าเกินไป" นพ.ศรัณย์พงษ์ ภิบาลญาติ กล่าวเสริม