



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

หัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน เกิดจากอะไร ป้องกันได้หรือไม่

หัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน ภาวะอันตรายที่เป็นภัยเงียบ ต้นเหตุของการเสียชีวิตแบบไม่ทันตั้งตัว ภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลันเกิดจากอะไร อาการเป็นแบบไหน สามารถป้องกันได้หรือไม่

หัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน เกิดจากอะไร

หัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน (Acute Heart Failure) เกิดจากปัจจัยที่มากกระตุ้นอย่างรวดเร็วและรุนแรง เช่น หลอดเลือดหัวใจตีบตันเฉียบพลัน การติดเชื้อที่ลิ้นหรือกล้ามเนื้อหัวใจ อาการจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทันทีทันใด และอาการจะแย่งลงเรื่อยๆ ในเวลาไม่นาน เช่น เจ็บหน้าอกหรือเหนื่อยหอบแบบเฉียบพลัน นอนราบไม่ได้ ร่วมกับอาจมีหัวใจเต้นผิดปกติจังหวะรุนแรง ภาวะช็อก ไปจนถึงเสียชีวิตในเวลาอันรวดเร็ว



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

สาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะหัวใจล้มเหลวไม่ได้เป็นเพราะกล้ามเนื้อหัวใจอ่อนกำลังเพียงอย่างเดียว อันตบหนึ่งคือกลุ่มผู้ป่วยที่เป็นโรคเส้นเลือดหัวใจตีบตันและการเกิดภาวะหัวใจวาย (Heart Attack) ซึ่งทำให้กล้ามเนื้อส่วนหนึ่งของหัวใจตายเฉียบพลัน นอกจากนี้ยังเกิดจากบางโรคที่เกี่ยวกับการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง หรือลิ้นหัวใจผิดปกติเป็นต้นเหตุทำให้เกิดภาวะหัวใจล้มเหลวได้

หากผู้ป่วยเคยมีภาวะหัวใจวายบ่อยครั้งอาจนำไปสู่ภาวะหัวใจล้มเหลว หรือมีอาการลิ้นหัวใจรั่วเป็นเวลานาน หรือโรคบางโรคทำให้เป็นกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ ก็มีโอกาสเช่นกัน

อาการเตือนภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน

- รู้สึกอึดอัด หายใจลำบาก เมื่อออกกำลังกาย
- หายใจลำบากเมื่อนอนหงายหรือนอนราบ
- ตื่นกลางดึกเพราะไอ หรือหายใจลำบาก
- อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย
- ข้อเท้า, เท้าหรือขาบวม
- เวียนศีรษะ หน้ามืด
- เข้าห้องน้ำบ่อยตอนกลางคืน

หากพบว่าตนเองหรือคนใกล้ตัวมีลักษณะอาการเหล่านี้ อาจเป็นสัญญาณเตือนว่ากำลังเข้าสู่ภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อทำการรักษาได้อย่างทันที่



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

การรักษาภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน

การรักษาผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว สามารถทำได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับสาเหตุของโรคและสภาพความพร้อมของร่างกายผู้ป่วย ไม่ว่าจะเป็น การรักษาด้วยยา เช่น ยาขยายหลอดเลือด, ยาลดความดันโลหิต หรือ ยาเพิ่มการบีบตัวของหัวใจ การฝังเครื่องกระตุ้นไฟฟ้าหัวใจ ที่เป็นการฝังอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์เพื่อแก้ไขจังหวะการเต้นของหัวใจ และการผ่าตัดปลูกถ่ายหัวใจ

ภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน ป้องกันได้ไหม

สิ่งที่ทำให้เกิดภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลันได้มักมาจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ รวมถึงผู้ที่มีโรคประจำตัวต่างๆ และโรคทางพันธุกรรม ซึ่งมีแนวทางป้องกันดังต่อไปนี้



ข่าวออนไลน์ประจำวันศุกร์ที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๗

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

ภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลัน ป้องกันได้ไหม

สิ่งที่ทำให้เกิดภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลันได้มักมาจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ รวมถึงผู้ที่มีโรคประจำตัวต่างๆ และโรคทางพันธุกรรม ซึ่งมีแนวทางป้องกันดังต่อไปนี้

- ตรวจร่างกายเป็นประจำทุกปี เพื่อตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีความผิดปกติเกิดขึ้นกับร่างกาย
- ผู้ที่มีโรคประจำตัวเดิม เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง หรือภาวะไขมันในเลือดสูง ควรหมั่นพบแพทย์ตามนัดและรับประทานยาสม่ำเสมอ รวมถึงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อให้ควบคุมโรคได้ดี
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่เหมาะสมต่อร่างกาย งดอาหารรสเค็มหรือรสจัด และอาหารที่มีไขมันสูง ทานผักผลไม้ให้มากขึ้น ลดอาหารที่มีส่วนประกอบของไขมันทรานส์และไขมันอิ่มตัวในปริมาณสูง
- ปรับพฤติกรรมการใช้ชีวิตในด้านต่างๆ เช่น นอนหลับให้เพียงพอ ออกกำลังกายทั้งแบบแอโรบิก และเสริมสร้างกล้ามเนื้ออย่างสม่ำเสมอ และหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่ทั้งแบบปกติหรือบุหรี่ไฟฟ้า