



โดย : กรรณิกา อังคาร  
มนฤดี ไชยสุรยกานต์  
ทพ. ชิวเคมีและจุลชีววิทยา

# การรักษา

## สำหรับผู้ป่วยโรค หัวใจขาดเลือด

โรคหัวใจขาดเลือดเป็นโรคที่คร่าชีวิตของคนในปัจจุบันจำนวนมากโดยที่ไม่ทันคิดว่าเป็นโรคหัวใจ โรคหัวใจขาดเลือด (Ischemic Heart Disease, IHD) หรือโรคหลอดเลือดโคโรนารี (Coronary Artery Disease, CAD) หมายถึงภาวะที่หลอดเลือดแดง (coronary artery) ที่เลี้ยงหัวใจตีบหรือตัน เนื่องจากมีการ

เสื่อมสภาพของหลอดเลือด มีไขมันเกาะ หินปูนเกาะที่ผนังของหลอดเลือด แข็งและหนาไม่ยืดหยุ่น หลอดเลือดตีบและตัน ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด หรือทำให้กล้ามเนื้อหัวใจตาย จะมีอาการเจ็บหน้าอก และอาจมีภาวะหัวใจวายหรือเสียชีวิตได้เลย

### อาการของโรคหัวใจขาดเลือด

จะมีอาการเจ็บหน้าอกเมื่อมีการออกกำลังกาย แต่อาการจะหายหลังจากได้หยุดพัก อาการเจ็บหน้าอกเกิดบริเวณเหนือลิ้นปี่ขึ้นมาเล็กน้อย เจ็บแบบจุกแน่นคล้ายมีอะไรมาบีบหรือกดทับไว้ ในบางรายอาการเจ็บปวดร้าวตื้อๆ มักลามไหล่ซ้ายไปยังต้นคอและขากรรไกร

โดยอาการปวดร้าวตื้อๆ ลามขึ้นไปไหล่ซ้ายและไป  
ต้นคอขึ้นในบางรายก็ขึ้นไปทางข้างขวาก็มี หรือปวดร้าวตื้อๆ  
ขึ้นด้านขวาไปยังต้นคอ ปากอ้าไม่ขึ้น

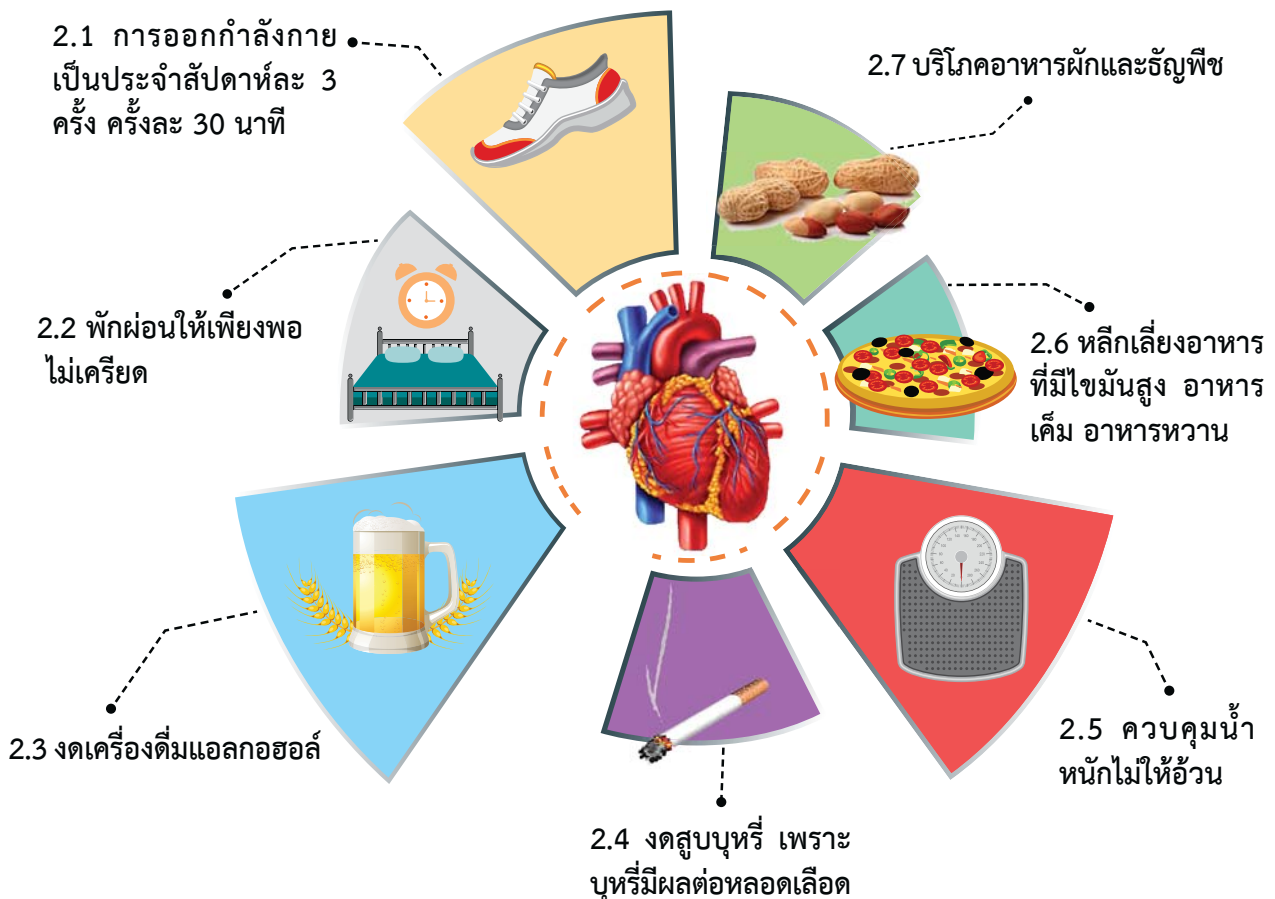


**ปัจจัยเสี่ยงประกอบด้วย**

**1. ปัจจัยเสี่ยงที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้**

- 1.1 อายุ อายุมากขึ้นก็ยิ่งเสี่ยงต่อโรคหัวใจ ขาดเลือดเฉียบพลัน เนื่องจากหลอดเลือดตามความยืดหยุ่น
- 1.2 เพศ ผู้ชายเป็นเพศที่มีความเสี่ยงต่อโรคนี้นอกจากนี้ในผู้หญิง ในผู้ชายพบโรคนี้อายุ 45 ปี ผู้หญิงพบโรคนี้อายุ 50 ปี
- 1.3 พันธุกรรม คนในครอบครัวเป็นโรคหัวใจจะมีความเสี่ยงต่อโรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลันมากขึ้น

**2. ปัจจัยเสี่ยงที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ พฤติกรรมการใช้ชีวิตและการรับประทาน ที่สามารถปฏิบัติเพื่อลดความเสี่ยง**



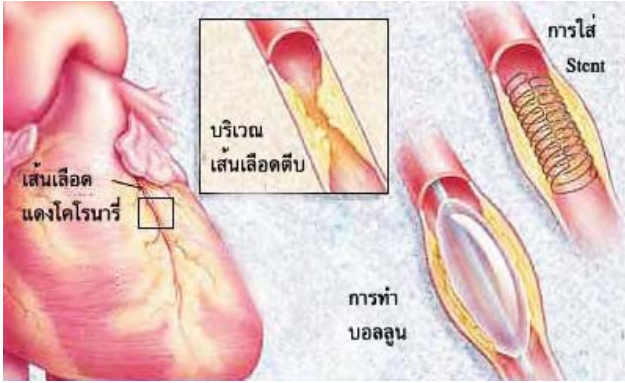
**อาการ ขั้นตอนการรักษา และการดูแลหลังผ่าตัด**

จากประสบการณ์ของดิฉัน (นางกรรณิกา อังคาร) อาการเริ่มแรกเกิดจากการทำงานเหนื่อย มีอาการหายใจ  
ไม่ทัน ปวดตื้อๆ แน่นหน้าอก ปวดไปถึงไหล่ขวาขึ้นไปต้นคอ อ้าปากไม่ได้ หยุดพักแล้วหาย

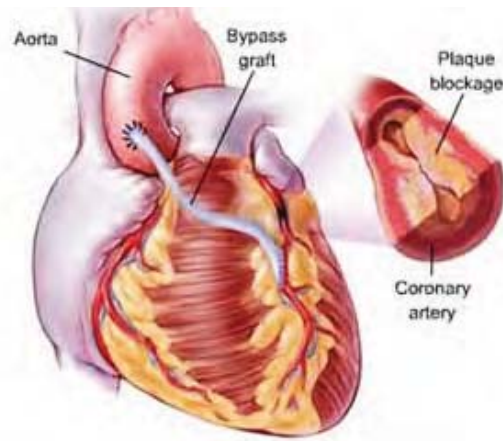
แพทย์ของศูนย์แพทย์พัฒนาได้หาคิวแบบเร่งด่วนให้โดยต้องแจ้งอาการ (อาการแบบนี้ต้องพบแพทย์โดยด่วน)  
เพื่อซักประวัติคนในครอบครัวทำให้รู้อัตราเสี่ยงของการเป็นโรคของคนในครอบครัว เช่น มารดาและญาติพี่น้องที่เป็น  
โรคนี้นี้ โดยแพทย์ได้ตรวจตามขั้นตอน ดังนี้

- 1.) แพทย์ทำการตรวจ คลื่นไฟฟ้าหัวใจ (Elektrokardiogram หรือ Electrocardiogram, EKG) และแจ้ง  
ว่า ดิฉันเป็นโรคหัวใจ
- 2.) แพทย์ยืนยันโดยการตรวจเลือดหาค่าเอนไซม์ของหัวใจ พบว่าค่าขึ้นเป็น 3 เท่าของค่าปกติ

แพทย์ของคุณแพทย์พัฒนาแนะนำให้ไปรักษาที่โรงพยาบาลพร้อมเขียนใบส่งตัว ให้ออมใต้ลิ้นระหว่างทางไปโรงพยาบาล โดยเลือกไป รพ.รามาริบัติ ซึ่งพยาบาลหน้าห้องแพทย์นำผลไปให้แพทย์พิจารณาและสั่งให้นอนพักรักษา รอฉีดสีเป็นคิวแรก เมื่อฉีดสีเข้าเส้นเลือดบริเวณขาหนีบ เรียกญาติเข้าไปดูผล และแจ้งว่าเส้นเลือดตัน 5 เส้น ไม่สามารถทำบอลลูนได้ แต่ถ้าเส้นเลือดตีบจะสามารถทำบอลลูนได้โดยการใส่ขดลวดซึ่งจะเจ็บตัวครั้งเดียวดังรูปต่อไปนี้

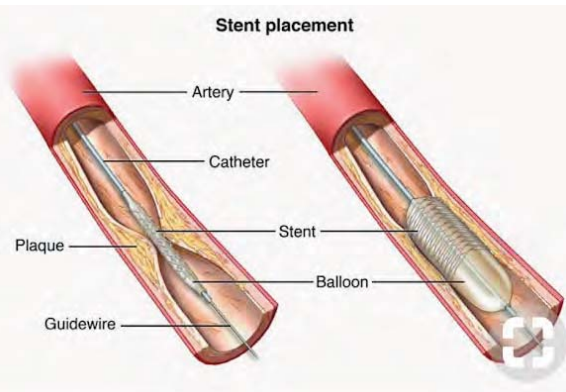


กรณีที่เส้นเลือดตัน 5 เส้น มีโอกาสเสียชีวิตสูงและไม่สามารถทำบอลลูนได้ให้ใช้วิธีทำบายพาส (ดังรูปด้านล่าง)



### การเตรียมตัวก่อนการผ่าตัด

1. แพทย์สั่งยา (ยาละลายลิ่มเลือด ยาลดการทำงานของหัวใจ ยาลดไขมัน) และให้ข้อมูลเรื่องผลของการผ่าตัดที่อาจจะเกิดขึ้นได้ระหว่างการผ่าตัด (แอบกลัวนิดๆ แต่คิดว่ามาผ่าตัดที่โรงพยาบาลแพทย์อันดับ 1 จะกลัวทำไม) แล้วอธิบายว่านำเส้นเลือดส่วนไหนบ้างไปทำบายพาส (เส้นเลือดแขนซ้าย ขาขวา และเส้นเลือดหน้าอกที่ไปเต้านม) คุณหมอแนะนำให้ดื่มน้ำขิงใส่กระเทียม 1 ซ้อนโต๊ะ และใส่น้ำมันงา 1 ซ้อนโต๊ะ ดื่มทุกเช้า พบแพทย์ทุกสัปดาห์จนถึงสัปดาห์สุดท้าย จากนั้นตรวจดู EKG อีกครั้ง พบว่าทำบายพาสแค่ 4 เส้น อีกเส้นหนึ่งไม่ตันแล้ว
2. ตรวจหัวใจด้วยคลื่นเสียงสะท้อนความถี่สูง (Echocardiogram) เพื่อดูลิ้นหัวใจว่ามีรั่วหรือไม่ พบว่าลิ้นหัวใจปกติ ดูการบีบของหัวใจว่ามีกล้ามเนื้อหัวใจปกติหรือไม่ พบว่ามีค่า 80-90% เท่ากับคนปกติทั่วไป ซึ่งการสำรวจให้ครบแบบนี้จะได้ไม่ต้องผ่าตัดอีก
3. รับประทานอาหารที่มีโปรตีนสูง (ไข่ไก่ต้มโดยรับประทานแต่ไข่ขาว) และวิตามินรวม ช่วยในการฟื้นตัวหลังผ่าตัด
4. ตรวจกรุปเลือด (เพื่อเตรียมเลือดใช้ในระหว่างการผ่าตัด)
5. พบแพทย์รพมา เพื่ออธิบายขั้นตอนการรพมา และผลข้างเคียง
6. พบเจ้าหน้าที่สอนการใช้เครื่องขยายปอด
7. ขอประวัติการป่วยและการรักษาเพื่อเวลาฉุกเฉินต้องเข้าโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุด แพทย์จะได้มีข้อมูล (ซีดีข้อมูลการฉีดสี, แฟ้มประวัติที่แพทย์เขียนไว้ว่าทำเส้นไหนบ้าง)



### การผ่าตัดและการดูแลหลังผ่าตัด

1. เข้าห้องผ่าตัดตั้งแต่สี่โมงเย็นถึงเที่ยงคืน (รพมา ผ่าตัด และรอดูอาการ)
2. พักฟื้นที่ห้อง ICU

**วันแรก** มีสายยางรอบตัวเต็มไปหมด พยาบาลถามว่าอยากดูหนังไหม พอเริ่มรู้สึกตัว มองดูนาฬิกาแล้ว บอกรายการที่ชอบยังไม่มา (เชื่อกว่าเรามีสติหรือเปล่านั้นเอง) แพทย์ผ่าตัดมาเยี่ยมตอนเช้าแล้วอธิบายว่ามีสายอะไรบ้าง และตอนเย็นจะนำสายต่างๆ ออกทีละเส้น จากนั้นได้รับประทานอาหารมื้อแรกเป็นข้าวต้ม และนอนในห้อง ICU อีก 1 คืน


**วันที่สอง** แพทย์มาเยี่ยมตอนเช้าบอกว่าฟื้นตัวเร็ว สามารถให้ขึ้นห้องพักฟื้นในตอนเที่ยงวัน และนำสายน้ำออกจากช่องท้อง (เป็นสายที่นำน้ำและเลือดออกจากช่องท้อง ต้องดูจนไม่มีเลือดและน้ำออกถึงจะนำออกได้) จากนั้นนำสายสุดท้ายออกคือ สายสวนปัสสาวะ แล้วพยาบาลจึงใส่แพมเพิสให้ แต่ดิฉันปัสสาวะไม่ออกเลยขอลูกเดินไปเข้าห้องน้ำเอง พยาบาลไม่อนุญาต ให้ลูกนั่งก่อนเพื่อปรับระบบของร่างกาย จนถึงตอนเย็นถึงจะได้เข้าห้องน้ำ ปัสสาวะและขับถ่าย โดยแพทย์ให้ยาถ่ายเพื่อไม่ให้เบ่ง

**วันที่สาม** แพทย์พิจารณาการปรับยา เอ็กเซอร์ไซสเพื่อตรวจน้ำในปอด มีนักกายภาพบำบัดมาสอนการออกกำลังกายให้ลูกขึ้นและเดิน โดยจับเวลา วัดความดัน และอัตราการเต้นของหัวใจ

**วันที่สี่** แพทย์พิจารณาการปรับยา เอ็กเซอร์ไซสเพื่อตรวจน้ำในปอด (ปริมาณน้ำน้อยลงมากเกือบปกติ) มีนักกายภาพบำบัดมาสอนการออกกำลังกายเช่นเดิม โดยให้ลูกขึ้นเดินและขึ้นลงบันได จับเวลา วัดความดัน และ อัตราการเต้นของหัวใจ

**วันที่ห้า** แพทย์ให้ออกจากโรงพยาบาลได้เพราะดูแข็งแรง ฟื้นตัวเร็ว เนื่องจากอายุน้อยแต่ต้องดูแลตัวเองให้ดีกว่าเดิมและให้รับประทานยาจำนวนมาก ซึ่งเป็นยาที่ต้องรับประทานตลอดชีวิต จำพวก Baby aspirin และยาลดไขมัน



จากประสบการณ์โดยตรงของดิฉันในบทความนี้ ดิฉันคาดหวังว่าจะมีประโยชน์สำหรับท่านที่มีอาการโรคหัวใจขาดเลือด ซึ่งมีโอกาสเป็นไปได้ในทุกเพศทุกวัย อาการไม่จำเป็นต้องปวดร้าวตื้อขึ้นที่ไหล่ข้างซ้ายอย่างเดียว ในบางรายเกิดขึ้นที่ไหล่ด้านขวาได้ เมื่อมีอาการควรพบแพทย์ทันทีเพราะถ้าเกิดอาการปวดเหนื่อย และหัวใจหยุดเต้น ถึงจะปั๊มขึ้นมาได้ก็จะมีบางส่วนของกล้ามเนื้อหัวใจตาย ร่างกายจะไม่สมบูรณ์เหมือนเดิม มีอาการล้า และเหนื่อยง่ายกว่าปกติ เมื่อรักษาโดยการทาบายพาสแล้ว อายุการใช้งานจะอยู่ได้เพียง 10-15 ปี ต้องทำใหม่ แต่ถ้าดูแลสุขภาพให้ดี ก็อาจอยู่โดยไม่ต้องทาบายพาสเลยก็ได้ 

#### เอกสารอ้างอิง

ชีวะพฤกษ์,ชยุด. 2561. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.komchaduek.net/news/knowledge/215072>, [เข้าถึงเมื่อ 13 กรกฎาคม 2561].

เตรียมอนุรักษ, อัญณาช. 2561. หัวใจขาดเลือด. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.vejthani.com.th/2016/08/หัวใจขาดเลือด>, [เข้าถึงเมื่อ 13 กรกฎาคม 2561].

โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี. 2561. โรคหัวใจขาดเลือด. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.srth.moph.go.th/socialmed/heart.html>, [เข้าถึงเมื่อ 13 กรกฎาคม 2561].

สังคมสุขภาพ ความรู้เรื่องความงาม ยารักษาโรค การบริหารร้านขายยา. 2561. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://medium.com/arincare-com>, [เข้าถึงเมื่อ 13 กรกฎาคม 2561].

หัวใจขาดเลือด. 2561. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.pobpad.com/หัวใจขาดเลือด>, [เข้าถึงเมื่อ 13 กรกฎาคม 2561].

#### ขอบคุณภาพประกอบจาก

[Online]. Available at : [https://likepost.me/heart\\_center4/](https://likepost.me/heart_center4/) [accessed 3 July 2019].

[Online]. Available at : <http://www.https://health.mthai.com/knowledge/219.html>. [accessed 3 July 2019].

[Online]. Available at : <http://www.napansam.go.th/news-preview?id=21>, [accessed 3 July 2019].

[Online]. Available at : <https://www.thaipng.com/png-5i37d4/download.html>, [accessed 3 July 2019].

[Online]. Available at : <https://www.thaipng.com/png-hhqlr2/> [accessed 4 July 2019].

[Online]. Available at : <https://www.pinterest.com/pin/509540145318234701/> [accessed 4 July 2019].