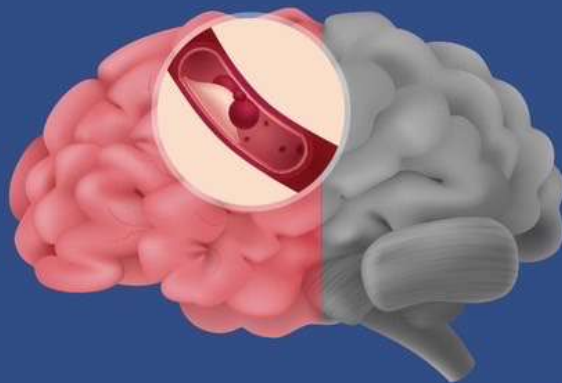


# นิทรรศการ โรคหลอดเลือดสมอง



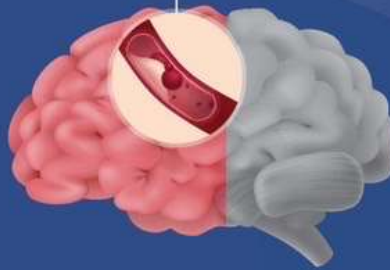
# โรคหลอดเลือดสมอง

## พิการ สมองเสื่อม ตาย ภัยเงียบที่ไม่มีสัญญาณเตือน

โรคหลอดเลือดสมอง หรือ สโตรค เป็นปัญหาสำคัญทั่วโลกปัจจุบันมีผู้ป่วยเสียชีวิต จากโรคหลอดเลือดและหัวใจทั่วโลก 16.7 ล้านรายต่อปีในจำนวนนี้ เกิดจากโรคหลอดเลือดสมอง ประมาณ 5.5 ล้านรายในประเทศไทยพบผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ประมาณ 1,880 รายต่อแสนราย หรือร้อยละ 2 ปัจจุบันถือเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งใน เพศหญิง อันดับสามในเพศชาย รองจากอุบัติเหตุและมะเร็ง

หลอดเลือดสมอง •

อุดตัน  
ตีบ  
แตก



ในทุกๆ 1 ชั่วโมง จะมีคนไทย มากกว่า 30 คน

ป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมองในจำนวนนี้

จะมีผู้เสียชีวิต มากกว่า 3 รายต่อวัน และพิการจากโรคนี้

มากกว่า 15 รายต่อวัน

(ที่มา : กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค)

โรคหลอดเลือดสมองแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. หลอดเลือดสมองตีบหรืออุดตันเฉียบพลัน เป็นสาเหตุใหญ่ที่ทำให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง พบได้ ร้อยละ 80 เกิดได้จากสาเหตุต่างๆ เช่น การสะสมของตะกอนไขมันหรือหินปูน ที่เรียกว่า Plaque ซึ่งเกาะที่ผนังด้านในของหลอดเลือด ทำให้รูเปิดของหลอดเลือดแคบลง เลือดไหลไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอทำให้เนื้อสมองตาย หรือ สัมเลือดที่หลุดมาจากหัวใจมาอุดที่หลอดเลือดสมอง มักพบในผู้ป่วยโรคหัวใจ เช่น ผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ
2. หลอดเลือดสมองแตก พบได้ประมาณร้อยละ 20 ของโรคหลอดเลือดสมอง โดยเกิดจากการเสื่อมสภาพของผนังหลอดเลือด ทำให้มีความเปราะบางและแตกง่ายมักพบในผู้ที่มีความดันโลหิตสูงนานๆ หรือควบคุมความดันโลหิตไม่ดี

WALK  
9  
BIKE  
FIGHTING STROKE





# กินไม่ดี ใช้ชีวิตไม่เป็น = อัมพาต

(Lead) 90 % ป้องกันได้  
ด้วยการแก้ไข 4 โรค 6 พฤติกรรม

โรคหลอดเลือดสมองจัดอยู่ในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ หรือ NCDs โดยเป็นกลุ่มโรคที่มีสาเหตุมาจากการใช้ชีวิตนิสัย หรือ พฤติกรรมการดำเนินชีวิตของผู้ป่วย ซึ่งจะมีการดำเนินโรคอย่างช้าๆ มีการสะสมอาการอย่างต่อเนื่องและแสดงอาการออกมาอย่างเฉียบพลัน

โดยพฤติกรรมการดำเนินชีวิต ที่นำไปสู่  
การเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ได้แก่

- การไม่ออกกำลังกายหรือออกกำลังกายน้อย
- การพักผ่อนไม่เพียงพอ
- การสูบบุหรี่จัด
- การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ความเครียด
- การไม่ทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ เช่น ผัก หรือผลไม้

นอกจากนี้ ยังมีโรคที่นำไปสู่การเป็นโรคหลอดเลือดสมองได้ เช่น เบาหวาน, ความดันโลหิตสูง, โรคหัวใจ และไขมันในเลือดสูง

การไม่ใส่ใจต่อพฤติกรรมการใช้ชีวิตข้างต้น ถือเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมอง

# ความรู้ = โอกาสการรอดชีวิต

หากคนใกล้ตัวเกิดอาการเหล่านี้แบบ  
“เฉียบพลันทันที” ให้รีบนำส่งโรงพยาบาล  
ให้เร็วที่สุด เพราะนั่นคือสัญญาณที่บ่งบอกว่าพวกเขาเป็น  
โรคหลอดเลือดสมอง

หลักการพิจารณาหรือสังเกตอาการ ที่ใช้เรียกว่า FAST โดย F หมายถึง Face หรือใบหน้าเบี้ยว ปากเบี้ยว มุมปากตกข้างหนึ่ง ตามัว หรือเห็นภาพซ้อน , A หมายถึง Arm หรือ แขน ขาอ่อนแรง ยกแขนขาไม่ขึ้น , S หมายถึง Speech คืออาการพูดลำบาก พูดไม่ชัด มีปัญหาในการพูด และ T หรือ Time คือการเข้ารับการรักษาให้เร็วที่สุดภายใน 4 ชั่วโมงครึ่ง

## อาการเหล่านี้คือสัญญาณ ของโรคหลอดเลือดสมอง

**F Face** หรือ ใบหน้าเบี้ยว

**A Arm** หรือ แขน ขาอ่อนแรง

**S Speech** หรือ อาการพูดลำบาก

**T Time** คือ การเข้ารับการรักษา  
ให้เร็วที่สุดภายใน 4 ชั่วโมงครึ่ง

หากเกิดอาการเหล่านี้เฉียบพลัน ให้โทร 1669  
เพื่อเข้าสู่กระบวนการรักษา



# อย่ารีรอ

# เข้าถึงการรักษาให้เร็วที่สุด

## ยิ่งเร็ว ยิ่งรอด จากความพิการ หรือเสียชีวิต

## ทุกๆ 1 นาที ที่เสียไป จะมีเซลล์สมองตาย

### ไปไม่น้อยกว่า 1 ล้านเซลล์

ยิ่งเซลล์สมองตายมากเท่าไร โอกาสที่ผู้ป่วยจะพิการหรือเสียชีวิตจากโรคนี้ ก็จะเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น ฉะนั้นการเข้าถึงการรักษา ให้เร็วที่สุดจึงเป็นหัวใจสำคัญ ที่จะหยุดยั้งความพิการหรือเสียชีวิตให้กับผู้ป่วยได้



## เมื่อพบเห็นคนใกล้ตัว เป็นโรคหลอดเลือดสมอง โทร 1669

ปัจจุบัน สำนักงานการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ ทำหน้าที่เป็นตัวกลางในการช่วยเหลือประชาชน ที่ประสบปัญหาทางสุขภาพต่างๆ รวมไปถึงโรคหลอดเลือดสมอง โดยจะทำหน้าที่เข้าไปรับผู้ป่วย และ ส่งต่อไปยังโรงพยาบาลใกล้เคียงหรือโรงพยาบาลที่มีความพร้อม เพื่อทำการรักษาต่อไป

WALK  
RUN  
BIKE  
9  
FIGHTING STROKE



# MSU SOS

## โอกาสรอดที่มากกว่าเดิม

### โครงการ Mobile Stroke Unit - Stroke One Stop (MSU - SOS)

คือโครงการที่ศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราชร่วมกับภาคีเครือข่ายจัดทำขึ้น เพื่อสร้างต้นแบบเครือข่ายการรักษา โรคหลอดเลือดสมองครบวงจร “สแกน รักษา ส่งต่อ ครบจบในที่เดียว” ให้เกิดขึ้นจริงในประเทศไทย



โครงการดังกล่าวมุ่งหวังที่จะเอาชนะ

### อุปสรรคทางการแพทย์ 3 ประการได้แก่

1. การเข้าถึงแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ โรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วย
2. การเข้าถึงอุปกรณ์ทางการแพทย์อันทันสมัย กัดเทียบกับผู้ป่วยในหัวเมืองใหญ่
3. ย่นระยะทางที่ห่างไกลระหว่างโรงพยาบาลที่มีความพร้อม กับคนไข้โรคหลอดเลือดสมองในพื้นที่ห่างไกล ด้วยระบบการรับ-ส่งต่อผู้ป่วยที่รวดเร็ว



# โรคร้ายแรง ที่ทุกคนเอาชนะได้!

**โรคหลอดเลือดสมอง เป็นโรคที่สามารถป้องกันได้**

หากควบคุมปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ทั้ง การควบคุมระดับความดันโลหิต , ระดับน้ำตาลในเลือด , การงดสูบบุหรี่หรือดื่มเหล้า , ควบคุมน้ำหนักให้ดัชนีมวลกายน้อยกว่า 25 , ควบคุมระดับคอเลสเตอรอล , การพักผ่อนให้เพียงพอ และการออกกำลังกาย ไม่น้อยกว่า 45 นาที ต่อวัน

ทั้งนี้การออกกำลังกายอย่างเป็นประจำต่อเนื่อง นอกจากจะเสริมสร้างความแข็งแรง ให้กับร่างกายแล้ว ยังทำให้ลดความเสี่ยงจากการเกิดโรค ในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคเบาหวาน , ความดันโลหิตสูง , โรคหัวใจ และ ไขมันในเลือดสูง ได้อีกด้วย

**การออกกำลังกาย  
สามารถป้องกัน  
โรคหลอดเลือดสมอง  
ได้ถึง 90%**

WALK  
9  
BIKE  
FIGHTING STROKE

