

เสียใจหนัก ออกหัก เครียดจัด ระวังโรคหัวใจสลาย



ศูนย์ : ศูนย์หัวใจ

บทความโดยแพทย์ : นพ. ศิริพัชร์ พูนวุฒิกุล

รู้หรือไม่ว่าอาการเสียใจสุดขีด ออกหัก ความเครียดรุนแรง เป็นอาการทางจิตใจที่ส่งผลกระทบต่อร่างกายทำให้เกิด “โรคหัวใจสลาย หรือ ภาวะหัวใจสลาย (Broken heart syndrome)” ซึ่งเป็นภาวะการบีบตัวของหัวใจลดลงชั่วคราวอย่างเฉียบพลัน ทำให้เกิดอาการเจ็บแน่นหน้าอกและหายใจลำบากอย่างกะทันหันคล้ายอาการของภาวะหัวใจขาดเลือด แม้อาการจะเป็นชั่วคราว และคนส่วนใหญ่อาการมักดีขึ้นเอง แต่ในรายที่มีอาการรุนแรงก็อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

สารบัญ

- [โรคหัวใจสลาย เป็นอย่างไร](#)

- [สาเหตุของภาวะหัวใจสลาย](#)
- [ออกหักเกี่ยวอะไรกับภาวะหัวใจสลาย](#)
- [อาการของภาวะหัวใจสลาย](#)
- [การวินิจฉัยและรักษา](#)
- [ปรึกษาแพทย์ออนไลน์ ไม่เสียค่าใช้จ่าย](#)

โรคหัวใจสลาย เป็นอย่างไร

โรคหัวใจสลาย หรือ ภาวะหัวใจสลาย (Broken heart syndrome) หรือที่รู้จักกันในชื่อ Takotsubo Cardiomyopathy เป็นกลุ่มอาการของโรคหัวใจโดยเฉพาะกล้ามเนื้อหัวใจห้องกลางซ้าย (Left ventricle) เกิดเตนอแรงเฉียบพลันทำให้การบีบตัวของหัวใจลดลงชั่วคราว ซึ่งหัวใจห้องนี้เป็นหลักในการส่งเลือดไปเลี้ยงหัวใจและอวัยวะต่างๆ ทั้งร่างกาย ทำให้หัวใจขาดเลือดดับพลัง ส่งผลให้เกิดอาการต่างๆ คล้ายอาการหัวใจขาดเลือด อย่างเฉียบพลัน เช่น เจ็บหน้าอก หายใจขัด หายใจลำบาก ความดันโลหิตต่ำ เป็นต้น

[> กลับสารบัญ](#)

สาเหตุของภาวะหัวใจสลาย

สาเหตุที่ของภาวะหัวใจสลายยังไม่สามารถวินิจฉัยได้อย่างชัดเจน แต่ปัจจัยที่ทำให้เกิดได้ เช่น จากภาวะอารมณ์สะเทือนใจสุดขีด ทั้งเรื่องร้าย หรือเรื่องดีที่ไม่คาดฝัน แต่ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องร้าย เช่น ความเครียดรุนแรง การสูญเสียแบบเฉียบพลัน ออกหัก เศร้าเสียใจสุดขีด เป็นต้น ซึ่งโรคนี้โดยส่วนใหญ่มักเกิดกับผู้หญิงวัยหมดประจำเดือน ช่วงอายุที่พบบ่อยคือ 58-77 ปี และผู้มีความเครียดสูง ผู้มีอาการปวดที่รุนแรง ผู้ที่มีความดันโลหิตต่ำมากทันที เป็นต้น

[> กลับสารบัญ](#)

ออกหักเกี่ยวอะไรกับภาวะหัวใจสลาย

การออกหัก ทำให้เกิดอาการเสียใจ เป็นเหตุการณ์ที่เราไม่อาจเจอหรือพบได้ตามปกติประจำวัน ทำให้เกิดความเครียดขึ้นในช่วงหนึ่ง ซึ่งคล้ายๆ ลักษณะของการสูญเสียอย่างรุนแรง ส่งผลทำให้เกิดภาวะหัวใจสลายขึ้นได้ แต่ไม่ได้เกิดกับทุกคน

[> กลับสารบัญ](#)

อาการของภาวะหัวใจสลาย

อาการของโรคหัวใจสลาย ที่มักพบ ได้แก่

- การเจ็บแน่นหน้าอกรุนแรงอย่างเฉียบพลัน คล้ายอาการของภาวะกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด ซึ่งจะมีอาการนานหลายนาทีหรือเป็นชั่วโมง
- อาการเหนื่อย มีภาวะน้ำท่วมปอด
- หน้ามืด เป็นลม หหมดสติ
- อาการอื่นๆ เช่น ความดันเลือดต่ำ หัวใจเต้นผิดจังหวะ หายใจลำบาก ในบางรายอาการรุนแรงอาจเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวอันตรายถึงชีวิตได้

> [กลับสารบัญ](#)

การวินิจฉัยและรักษา

แพทย์จะวินิจฉัยแยกโรคด้วยการตรวจเอคโคหัวใจ (Echocardiogram)

เป็นการตรวจหัวใจด้วยคลื่นเสียงความถี่สูงเพื่อดูประสิทธิภาพการทำงานของหัวใจ เช่น การบีบตัวของกล้ามเนื้อหัวใจ รวมไปถึงการฉีดสีดูหลอดเลือดหัวใจ เพื่อวินิจฉัยแยกโรคจากกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน

โดยปกติโรคนี้อาจเกิดจากความเครียด และสามารถหายได้เองภายใน 1 – 4 สัปดาห์ แต่ในช่วงที่มีการบีบตัวของหัวใจที่ผิดปกติจะต้องทำการรักษาตามอาการที่ผู้ป่วยเป็น เช่น ควบคุมการเต้นและการบีบตัวของหัวใจ ด้วยการช้ยา รวมถึงแก้ไขปัจจัยที่ทำให้เกิดโรค

> [กลับสารบัญ](#)

เนื่องด้วยความเครียดเป็น 1 ในปัจจัยกระตุ้นให้เกิดโรคหัวใจสลาย การป้องกันไม่ให้เกิดโรคนี้นั้น คือ การบริหารจัดการใจ พยายามลดภาวะความเครียด ทำจิตใจให้ปลอดโปร่ง พร้อมทั้งเสริมสร้างความรักในครอบครัว พบปะเพื่อน งดการเก็บตัว ก็จะช่วยลดภาวะนี้ได้ สามารถปรึกษาแพทย์ออนไลน์ได้ข้างล่างนี้เลย

นพ.ศิริพัชร์ พูนอุดมกุล
อายุรศาสตร์โรคหัวใจ
ศูนย์หัวใจ

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย

