



ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน ภัยร้ายที่ไร้สัญญาณ

ศูนย์ : ศูนย์หัวใจ

บทความโดยแพทย์ : พญ. พัชร ภาวศุทธิกุล

ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลันพบได้ทุกช่วงอายุ แต่พบบ่อยในผู้ใหญ่ที่มีอายุระหว่าง 30-40 ปี โดยพบในผู้ชายมากกว่าผู้หญิง มักจะพบได้บ่อยในขณะที่ออกกำลังกาย โดยไม่มีสัญญาณเตือน และเป็นภาวะฉุกเฉินที่ต้องรักษาทันที หากปล่อยไว้นานโอกาส

ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน คืออะไร?

ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน (Sudden Cardiac Arrest) คือ การสูญเสียการทำงานของหัวใจอย่างกะทันหันจากระบบไฟฟ้า ทำให้หัวใจห้องล่างมีการเต้นผิดจังหวะชนิดร้ายแรง หรือเต้นพลิ้ว (Ventricular fibrillation หรือ VF) ซึ่งเกิดขึ้นทันที โดยไม่มีอาการเตือน ทำให้หัวใจไม่สามารถสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงร่างกายได้ ผู้ป่วยจะหมดสติภายในไม่กี่วินาทีและเสียชีวิตได้ทันที

สาเหตุของการเกิดหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน

ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน เกิดได้จากหลายสาเหตุ ได้แก่

- ผู้ป่วยที่อายุ 35 ปีขึ้นไปมักเกิดจาก โรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน เมื่อหลอดเลือดแดงหัวใจอุดตันเฉียบพลัน ทำให้เกิดภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน
- ผู้ป่วยที่อายุน้อยกว่า 35 ปีส่วนใหญ่เกิดจาก โรคกล้ามเนื้อหัวใจหนาชนิดไม่ทราบสาเหตุ ภาวะเส้นเลือดหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
- มีโรคอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง
- มีประวัติการเสียชีวิตกะทันหันจากโรคหัวใจของพ่อแม่ ญาติพี่น้อง
- สูบบุหรี่

สัญญาณเตือน

ผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลันจะหมดสติไม่รู้สึกรู้ตัว ไม่มีชีพจร หรือไม่หายใจ โดยอาการมักเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว และอ

แต่ในบางคนอาจพบอาการบางอย่างที่เป็นสัญญาณก่อนจะเกิดภาวะหัวใจหยุดเต้น แต่ตัวผู้ป่วยมักไม่ได้สังเกต เช่น เห็นอวกาศมืดครีดยึด หรือเวลาออกแรง พักแล้วจะดีขึ้น



ประเมินความเสี่ยง ด้วยการตรวจสุขภาพ

การที่เราจะทราบได้ว่ามีความเสี่ยงเกิดหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลันหรือไม่ คือ การเข้ามารับการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี

- ผู้ที่อายุ 35 ปีขึ้นไป ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลันที่พบบ่อยได้แก่ เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง และสูบบุหรี่ ดังนั้นการตรวจสุขภาพประจำปีจะช่วยให้ทราบ ตั้งแต่เนิ่นๆ ว่า เรามีโรคเหล่านี้หรือไม่ และควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพิ่มเติม เช่น การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (Electrocardiogram: ECG) การตรวจหัวใจด้วยเครื่องเสียงสะท้อนความถี่สูง การตรวจสมรรถภาพหัวใจขณะออกกำลังกาย (Exercise Stress Test: EST) การใส่สายสวนหลอดเลือดหัวใจ (Coronary Catheterization) การตรวจและบันทึกคลื่นไฟฟ้าหัวใจโดยใช้ Holter Monitor เป็นต้น
- ผู้ที่อายุน้อยกว่า 35 ปี นั้นต้องอาศัยประวัติและการตรวจร่างกาย การตรวจเลือดจากแพทย์เป็นหลัก เพื่อค้นหาว่ามีโรคความผิดปกติโดยกำเนิดหรือไม่ซึ่งอาจจะยังไม่แสดงอาการ

หัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน ภาวะฉุกเฉินที่ต้องรักษาทันที

เมื่อพบเห็นผู้ที่มีหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน ควรดูว่าหมดสติ มีชีพจร หายใจอยู่หรือไม่ คนที่หมดสติ ทูรุดลงไป อาจจะเป็นจากสาเหตุต่างๆ และจำเป็นต้องได้รับการกู้ชีพทันที พรอมเรียกรถพยาบาลที่อยู่ใกล้บ้าน หรือเรียก “1669” โดยผู้ที่มีความรู้เรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพ เพื่อให้ผู้ป่วยหัวใจเต้นและหายใจอีกครั้ง โดยจัดทำให้ผู้ป่วยนอนหงาย ใช้สันมือวางตรงกึ่งกลางหน้าอกหรือกึ่งกลางระหว่างหน้าอก จากนั้นนำมืออีกข้างวางไว้ด้านบนแล้วเริ่มกดหน้าอกผู้ป่วยให้ได้ความลึกประมาณ 5 เซนติเมตร ด้วยความเร็วประมาณ 100 ครั้งต่อนาที (AED) อยู่ก็ให้รีบทำการช่วยชีวิตก่อน

เมื่อแพทย์มาถึงจะรักษาต่อด้วยการปั๊มหัวใจและใช้เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้า ร่วมกับการให้ยาบางชนิดเพื่อกระตุ้นสัญญาณ
เมื่อสัญญาณชีพของผู้ป่วยกลับมาเป็นปกติ แพทย์อาจให้ยาบางชนิดเพื่อช่วยให้หัวใจผู้ป่วยเต้นในจังหวะปกติหรือลดความ
พร้อมคนหาสาเหตุต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดภาวะหัวใจหยุดเต้นและรักษาตามสาเหตุ

การป้องกันการเกิดภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลันนอกจากการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปีแล้ว ควรปรับพฤติกรรม
งดการสูบบุหรี่ และงดการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ลดปริมาณอาหารที่มีไขมันหรือน้ำตาลสูง ควบคุมน้ำหนักให้
สัปดาห์ละ 150 นาที ทั้งนี้หากมีความผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับหัวใจ เช่น เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย มีอาการแน่นหน้าอก
เพื่อนำไปสู่แนวทางการรักษาอย่างตรงจุดและทันเวลาที่



Dr. [Name]

UASSU
NAKORNTHON
HOSPITAL

•

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย