

# ทำอย่างไรเมื่อผู้ป่วยเป็นลม และชัก

## อาการเป็นลม (Syncope)

อาการ “เป็นลม” เกิดจากเลือดไปเลี้ยงสมองน้อยลงชั่วคราว จึงเกิดอาการหมดสติอย่างกะทันหันและเป็นอยู่ชั่วคราวแล้วฟื้นคืนสติได้เอง สาเหตุเกิดจากหลายปัจจัย ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักมีอาการไม่รุนแรง ส่วนน้อยเกิดจากความผิดปกติที่ระบบหัวใจและหลอดเลือด ผู้ป่วยกลุ่มหลังมักมีอาการรุนแรงและจำเป็นต้องได้รับการตรวจเพิ่มเติมจากแพทย์

**อาการและอาการแสดง** คือหมดสติอย่างกะทันหัน ขณะเกิดอาการมักจะอยู่ในท่ายืนและอยู่ในสถานที่ที่มีคนแออัด อากาศร้อนอบอ้าวหรืออยู่



กลางแจ้ง อาจมีอาการใจหวิว ได้ยินเสียงดังในหู ตาพร่ามัวลง คลื่นไส้ หน้าซีด เหงื่อออก มือเท้าเย็น ทรงตัวไม่อยู่และทรุดลงหมดสติ อาจมีอาการเพียง 1 - 2 นาทีแล้วฟื้นคืนสติได้เอง

รูปที่ 25 การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเป็นลม

## การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

1. จัดผู้ป่วยนอนศีรษะต่ำในสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
2. ปลดเสื้อผ้าและเข็มขัดให้หลวมเพื่อให้เลือดไปเลี้ยงสมองได้เร็วและเพียงพอ
3. ใช้ผ้าเย็นเช็ดตามใบหน้า ลำคอ และแขนขา
4. ควรนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลหากยังไม่ฟื้นคืนสติภายในเวลา 5-10 นาที หรือเป็นผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันเลือดสูง โรคหัวใจ หรือมีอาการอื่นเช่น เจ็บแน่นหน้าอก แขนขาอ่อนแรงครึ่งซีก เป็นต้น



5. เมื่อผู้ป่วยรู้สึกตัวดีแล้ว เริ่มกลืนได้ อาจให้ดื่มน้ำหรือน้ำหวานหาก  
รู้สึกหิวกระหาย

### สิ่งที่ควรหลีกเลี่ยงเมื่อพบผู้ป่วยเป็นลมหมดสติ

1. ขณะที่ผู้ป่วยยังไม่ฟื้นไม่ควรให้น้ำหรืออาหารอื่นทางปาก
2. เมื่อผู้ป่วยเริ่มรู้สึกตัวอย่าเพิ่งให้ลุกขึ้นนั่งทันที ควรให้พักต่อ  
ประมาณ 15 - 20 นาที

การป้องกันไม่ให้อาการเป็นลมซ้ำควรหลีกเลี่ยงสาเหตุ เช่น การอด  
นอน อดอาหาร อยู่ในสถานที่แออัดหรือร้อนอบอ้าว การใส่เสื้อผ้าคับแน่น  
เป็นต้น ควรดื่มน้ำให้มาก ไม่ให้ร่างกายขาดน้ำ การลุกจากท่านอนหากมีอาการ  
หน้ามืดคล้ายจะเป็นลมควรทำอย่างช้า ๆ ลุกแล้วนั่งพักสักครู่ก่อนลุกขึ้นยืน  
ถ้าเกิดจากโรคหัวใจหรือโรคหลอดเลือดสมอง ควรปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของ  
แพทย์อย่างเคร่งครัดและรับการรักษอย่างต่อเนื่อง ผู้ที่เป็นลมบ่อยควรหลีกเลี่ยง  
การขับรถ การทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักรหรือปีนชั้นที่สูง และควรพบแพทย์  
เพื่อรับการตรวจร่างกายโดยละเอียด

### การชัก (Convulsion)

การชัก (Convulsion) คือ ภาวะที่เกิดจากการมีคลื่นไฟฟ้าผิดปกติ  
เกิดขึ้นในสมอง และกระตุ้นให้เกิดการกระตุกผิดปกติของกล้ามเนื้อ สาเหตุของ  
อาการชักในผู้ใหญ่ส่วนใหญ่เกิดจากโรคลมชัก รองมาคือมีความผิดปกติในสมอง



รูปที่ 26 แสดงลักษณะของผู้ป่วยชัก

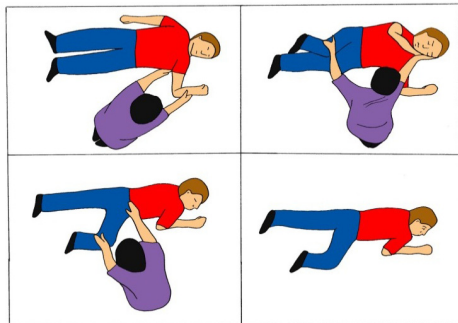
เช่นมะเร็งหรือเลือดออกในสมอง ในเด็ก  
สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากไข้สูง รองลงมา  
คือโรคลมชักในเด็ก

อาการและอาการแสดง ผู้ป่วย  
จะมีการเกร็ง กระตุก หมดสติหรือเหม็น  
จนล้มไป บางรายมีอุจจาระ ปัสสาวะราด  
ร่วมด้วย

## การปฐมพยาบาลเบื้องต้น อาศัยหลักการดังต่อไปนี้

1. จัดสภาวะแวดล้อม โดยต้องป้องกันการบาดเจ็บของผู้ป่วยที่อาจเกิดขึ้นขณะซัก จัดให้ผู้ป่วยนอนลงกับพื้นในบริเวณที่ปลอดภัย ไม่ควรมีเฟอร์นิเจอร์ หรือวัตถุแหลมคม ที่ผู้ป่วยอาจไปกระทบกระแทกได้ขณะซัก
2. จัดผู้ป่วยให้อยู่ในอเนกประสงค์ (Recovery position) เพื่อป้องกันการเดินหายใจส่วนบนอุดตัน และป้องกันการสำลักอาหารลงปอด
3. จัดเสื้อผ้าผู้ป่วยให้หลวม โดยเฉพาะบริเวณลำคอ ไม่ควรรัดมากเกินไป
4. อยู่กับผู้ป่วยจนกว่าผู้ป่วยจะหยุดชัก โดยให้มีคนใดคนหนึ่งโทรตาม 1669 เพื่อตามบุคลากรทางการแพทย์มาช่วยเหลืออย่างทันที่

5. โดยทั่วไปผู้ป่วยส่วนใหญ่สามารถหายใจเองได้ในเวลาเป็นนาที แต่ในบางรายไม่สามารถหายใจเองได้โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากชักนานเกิน 5 นาที ต้องตามบุคลากรทางการแพทย์มาโดยเร็วที่สุดเพื่อให้การรักษา



รูปที่ 27 การจัดทำทางเมื่อผู้ป่วยหยุดชัก

### ข้อควรระวัง ห้ามทำสิ่งต่อไปนี้ในผู้ป่วยชัก

1. ห้ามผูกตรึงผู้ป่วย
2. ห้ามนำวัตถุใดๆ รวมถึงนิ้วมือของผู้ช่วยเหลือใส่ในปากของผู้ป่วย ระหว่างฟันบนและล่าง เนื่องจากไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ และยังสามารถเกิดอันตรายจากวัตถุทำให้เกิดแผลในปาก และนิ้วของผู้ช่วยเหลืออาจถูกกัดขาดได้
3. อย่าเคลื่อนย้ายผู้ป่วยขณะกำลังชักเกร็ง ยกเว้นกรณีชักอยู่ในบริเวณที่ไม่ปลอดภัย



4. ไม่ต้องพยายามทำให้ผู้ป่วยหยุดชัก เนื่องจากผู้ป่วยไม่รู้ตัวและห้ามตัวเองไม่ได้ หากไม่หยุดชักอาจจำเป็นต้องได้รับยาฉีดเข้าเส้นเลือดเท่านั้น
5. อย่าให้ผู้ป่วยรับประทานอะไรทางปากจนกว่าผู้ป่วยจะหยุดชักและตื่นดีแล้ว

## ทำอย่างไรเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

อุบัติเหตุเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน การเข้าช่วยเหลือผู้ประสบอุบัติเหตุต้องทำอย่างเร่งด่วนและมักต้องใช้อุปกรณ์ทางการแพทย์ในการช่วยชีวิต การช่วยเหลือผิดวิธีบางครั้งทำให้ผู้ป่วยมีการบาดเจ็บมากขึ้นหรือถึงขั้นพิการได้ ขั้นตอนในการเข้าช่วยเหลือผู้ป่วยอย่างถูกวิธีมีดังนี้

1. พยายามตั้งสติให้ได้ อย่าตกใจ
2. ร้องขอความช่วยเหลือ โดยตามระบบบริการการแพทย์ฉุกเฉิน โทร 1669 แจ้งรายละเอียด เบอร์ติดต่อกลับ จำนวนผู้ป่วย อาการผู้ป่วย ที่อยู่ของผู้ป่วยหรือจุดเกิดเหตุ และให้ทำตามคำแนะนำที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่รับแจ้งเหตุ
3. ก่อนเข้าช่วยเหลือผู้ป่วย ให้พิจารณาว่าบริเวณที่เกิดเหตุมีความปลอดภัยหรือไม่ เช่น หากมีน้ำมันรั่ว หรือที่เกิดเหตุอยู่กลางถนนเสี่ยงต่อการถูกรถชน เป็นต้น ห้ามเข้าไปช่วยเหลือผู้ป่วยอย่างเด็ดขาด เพราะท่านอาจได้รับอันตราย
4. หากผู้ป่วยมีความเสี่ยงจะได้รับการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลังส่วนคอ ห้ามเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
5. ดูและระบบไหลเวียนโลหิต โดยให้สังเกตว่าผู้ป่วยมีบาดแผลเลือดออกที่ไหนหรือไม่ ถ้ามีให้ใช้อุปกรณ์ที่สะอาด เช่น ผ้าเช็ดหน้า เลื่อ เป็นต้น กดปากแผลเพื่อห้ามเลือด
6. ใช้อุปกรณ์ตามกระดูกเบื้องต้น เช่น ไม้กระดาน หรือวางส่วนที่บาดเจ็บบนหมอน เพื่อให้ส่วนที่บาดเจ็บเคลื่อนไหวน้อยที่สุด

