

**อาการและอาการแสดง** ถ่ายอุจจาระเหลวตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไป หรือ ถ่ายมีมูกเลือดปน 1 ครั้งขึ้นไปเด็กที่อาจมีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น มีไข้ อาเจียน โดยเฉพาะโรต้าไวรัส จะมีอาการอาเจียนมาก

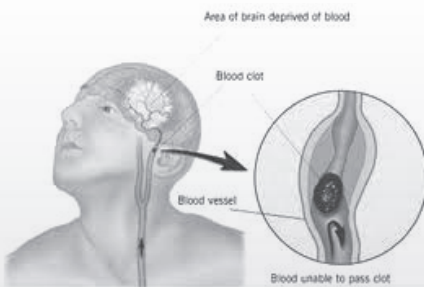
อาการที่แสดงว่าผู้ป่วยเสียน้ำมากต้องรีบไปพบแพทย์ ได้แก่ ปากแห้ง ตาโหล กระหม่อมลึกในเด็กเล็ก ซึม ไม่ค่อยเล่นเหมือนปกติ นอนตลอด

### การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

1. ถ้าเด็กยังทานนมหรือนมแม่อยู่ให้ทานได้ตามเดิม
2. ในกรณีที่ทานอาหารให้ทานอาหารอ่อนๆ เช่น ข้าวต้ม หลีกเลียงอาหารรสจัด
3. ให้ทานน้ำเกลือแร่เด็ก โดยให้จิบบ่อยๆ หลายๆ ครั้ง แทนที่จะให้ปริมาณมากๆ ในครั้งเดียว
4. ห้ามให้ยาหยุดถ่ายหรือยาใดๆ นอกจากแพทย์สั่ง
5. ถ้ามีอาการแสดงว่าผู้ป่วยเสียน้ำมาก หรือมีอาการปวดท้องมาก ให้รีบไปพบแพทย์ทันที

## โรคฉุกเฉินในผู้สูงอายุ

### ภาวะเส้นเลือดในสมองตีบ (Acute Stroke)



รูปที่ 38 แสดงลักษณะเส้นเลือดในสมองที่อุดตัน

ภาวะเส้นเลือดในสมองตีบ คือภาวะที่มีลิ่มเลือดไปอุดตันที่เส้นเลือดในสมอง ทำให้สมองส่วนที่ขาดเลือดตาย ถือเป็นภาวะฉุกเฉิน ที่จำเป็นต้องได้รับการตรวจอย่างรวดเร็วและให้การรักษาทันเวลาด้วยการให้ยาละลายลิ่มเลือดภายใน 4 ชั่วโมง 30 นาที



## อาการและอาการแสดง

1. อาการอ่อนแรง หรือชา ของใบหน้า แขน ขา โดยเฉพาะเมื่อเป็นข้างใดข้างหนึ่งเฉียบพลัน
2. สับสนเฉียบพลัน
3. พูดตะกุกตะกัก ไม่ชัด หรือเสียความสามารถในการเข้าใจภาษา
4. ตามองไม่เห็นข้างใดข้างหนึ่ง หรือทั้ง 2 ข้างเฉียบพลัน
5. เสียความสามารถในการทรงตัวเฉียบพลัน
6. ปวดศีรษะเฉียบพลัน โดยไม่มีสาเหตุอื่น

## การประเมินผู้ป่วยอย่างง่าย

ให้ทำด้วยความรวดเร็ว โดยอาศัย หลักการ 3 อย่างด้วยกัน คือ

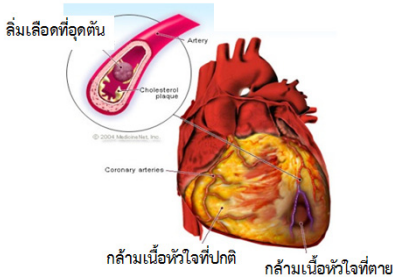
1. หน้าเบี้ยว ไปข้างใดข้างหนึ่ง (Facial droop)
2. แขนตก ข้างหนึ่ง เมื่อยืนแขน 2 ข้างไปข้างหน้า (Arm drift)
3. พูดไม่ชัด หรือไม่พูด (Abnormal speech)



รูปที่ 39 อาการของโรคเส้นเลือดในสมองที่อุดตัน

## โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน (Acute Myocardial Infarction)

คือภาวะที่ลิ้มเลือดอุดตันหลอดเลือดหัวใจ จนทำให้กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดไปเลี้ยงและตายในที่สุด



สาเหตุเกิดจากการที่ก้อนไขมันในเส้นเลือดหัวใจเกิดการปริแตกออก ทำให้เกิดการจับตัวกันของเลือดไปเลี้ยงหัวใจไม่ได้ สาเหตุที่เกิดจากการปริแตกของก้อนไขมัน อาจจะพบได้ว่าผู้ป่วยออกกำลังก่อนมีอาการหรือมีอาการมึนศีรษะ หรือเกิดหลัง

รูปที่ 39 ลักษณะการตายของกล้ามเนื้อหัวใจ

จากการเสียเลือด เช่น การผ่าตัด เป็นต้น

**อาการและอาการแสดง** ผู้ป่วยจะมีอาการเจ็บแน่นหน้าอกเหมือนมีอะไรมากดทับตลอดเวลา อาจมีอาการอึดอัด หายใจไม่ออก และมีอาการเจ็บร้าวไปที่คอ แขน หรือหลังได้ อาการมักจะรุนแรงและเป็นนานมากกว่า 30 นาทีขึ้นไป อาการอื่นๆที่อาจพบได้คือ คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย เหงื่อออก ใจสั่น เวียนศีรษะ เหนื่อยหอบ แน่นในท้อง

### การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

1. ให้ผู้ป่วยนั่งพักเพื่อลดการใช้ออกซิเจนในหัวใจ
2. หากผู้ป่วยมียาอมใต้ลิ้นประจำตัว ให้ผู้ป่วยกินยาทันที
3. ถือเป็นภาวะฉุกเฉินร้ายแรง ควรรีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

### วิธีการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรค

1. ควบคุมความดันโลหิตสูง โดยการควบคุมอาหาร และการใช้ยา
2. หยุดสูบบุหรี่
3. ลดระดับความมันในเลือด โดยเลือกรับประทานอาหารที่มีน้ำมัน

จากสัตว์ น้ำมันมะพร้าว และกะทิ



4. ปรับปริมาณแคลลอรี่ในอาหารให้พอดี เพื่อให้ได้น้ำหนักตัวที่เหมาะสมกับความสูง
5. ออกกำลังกายพอประมาณทุกวัน หรืออย่างน้อย ครั้งละ 20 นาที 3 ครั้งต่อสัปดาห์
6. ถ้าเป็นเบาหวานควรควบคุมน้ำตาลให้ดี

## เจ็บป่วยเล็กน้อย ซ้อยากินเองดีหรือไม่ ?

มีคำแนะนำจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญหลายท่านลงความเห็นว่า แม้ผู้ป่วยจะมีอาการเพียงเล็กน้อยๆ ก็ไม่ควรซ้อยากินเอง (การซ้อยากินเองในที่นี้หมายถึงซ้อยาตามร้านค้าที่ไม่มีแพทย์หรือเภสัชกรควบคุมดูแล) เพราะยาทุกชนิดมีค่าเตือนในการกำกับการใช้ยา และยาทุกชนิดมีอันตรายทั้งสิ้น

ดังนั้นควรใช้ภายใต้การควบคุมและดูแลโดยแพทย์หรือเภสัชกร เพื่อให้ยาถูกต้องกับโรค โรคภัยไข้เจ็บไม่ลุกลาม

จากการศึกษาพบว่ามีการบริโภคยาอย่างไม่เหมาะสมและเกินความจำเป็นในทุกระดับ โดยเฉพาะยาปฏิชีวนะ ประชาชนจำนวนไม่น้อยตัดสินใจใช้ยาปฏิชีวนะด้วยตนเองก่อนจะไปพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรณีที่มีอาการโรกระบบทางเดินหายใจและระบบทางเดินอาหาร ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการใช้ยาโดยไม่จำเป็นหรือมีการใช้ยาไม่ครบขนาด ซึ่งก่อให้เกิดการดื้อยาได้ จากสถิติพบว่า ผู้ป่วยร้อยละ 38.6 มีประวัติการใช้ยาปฏิชีวนะก่อนมาโรงพยาบาล ยาที่มีการใช้เป็นประจำมากที่สุดอันดับโดยเรียงตามลำดับดังนี้ ยาแก้ปวด ยาบำรุงร่างกาย ยานอนหลับ ยาแก้ไอ และยาลดความอ้วน

### การศึกษาพฤติกรรมการใช้ยาของตนเอง

จากการศึกษา ได้ข้อสรุปพฤติกรรมของผู้บริโภคที่เลือกร้านยาเป็นที่พึ่งยามเจ็บป่วย ดังนี้ พบว่า 80% ของกลุ่มตัวอย่างนิยมใช้บริการสุขภาพจาก