

# 32

## ผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจตายชนิดเฉียบพลัน ..... แนวทางการรักษาและการดูแลหลังผ่าตัด

“ พวกเป็นเบาหวาน ความดัน  
โลหิตสูง สูบบุหรี่ ไขมันในเลือดผิดปกติ  
สิ่งเหล่านี้ทำให้คนคนนั้นมีโอกาสเป็น  
มากกว่าคนอื่น ”

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์วรุดิ จินตภากร  
ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90110

## ภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลันคืออะไร?

หัวใจก็เหมือนปั้มน้ำอันหนึ่ง มีหน้าที่บีบตัวเพื่อส่งเลือดที่ฟอกแล้วจากปอดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย ตัวหัวใจเองก็ต้องการเลือดไปเลี้ยงเช่นกัน โดยผ่านทางหลอดเลือดที่มาจากหัวใจโดยเฉพาะ ซึ่งอยู่ที่ผิวของหัวใจ เส้นเลือดดังกล่าวมีหลายแขนงแบ่งใหญ่ๆ เป็นซ้ายและขวา ด้านซ้ายก็แบ่งอีกเป็น 2 แขนง แต่ละแขนงก็เลี้ยงส่วนของหัวใจแตกต่างกันออกไป เส้นเลือดเปรียบเสมือนท่อส่งน้ำ หากมีการตีบ แคลบ น้ำไหลไม่สะดวก เลือดไปเลี้ยงหัวใจไม่พอ เกิดภาวะหัวใจขาดเลือดขึ้น หากตีบแคบลงจนถึงขั้นวิกฤติหรือตัน (จะตีบทันที หรือค่อยๆ เป็นก็ได้) และนานพอ กล้ามเนื้อหัวใจส่วนปลายที่เลี้ยงโดยเส้นเลือดที่ตันนี้ก็จะตาย

ภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายนี้ ทำให้เกิดอาการได้หลายอย่าง เช่น

- 1) ตายทันที (ยังไม่ทันได้แบ่งมรดกหรือสะสางหนี้สิน) ส่วนใหญ่เป็นจากหัวใจเต้นผิดจังหวะอย่างรุนแรง หลายคนอาจจะเคยได้ยินตามหน้าหนังสือพิมพ์ ผู้ป่วยคนนั้นไม่เคยมีอาการอะไรมาก่อนเลยก็ได้ (โชคไม่ดีเสียแต่ก็ไม่ธรรมดา)
- 2) บางคนจะมาด้วยอาการเจ็บหน้าอกมาก หายใจไม่ออก เหงื่อออกมากผิดปกติ อาจมีความรู้สึกว้า “คราวนี้ฉันตายแน่”
- 3) หอบเหนื่อยมาก หายใจไม่ทันขณะอยู่เฉยๆ ซึ่งอาการอย่างนี้ไม่เหมือนกับที่ออกกำลังกายมากๆ เพราะหยุดแล้วก็ยังไม่หายเหนื่อยและอาจทุรนทุราย
- 4) บางคนบังเอิญตรวจเจอโดยนึกไม่ออกว่าเคยมีอาการอะไรมาก่อน พวกนี้เหมือนกับการถูกล็อตเตอรี่รางวัลที่ 1

อาการเจ็บหน้าอกจะเป็นอาการที่พบบ่อยที่สุด หลายคนก็มีอาการหลายอย่างร่วมกัน

## เป็นกับใครบ้าง?

ภาวะหัวใจตายเฉียบพลันนี้ไม่ได้เป็นกับทุกคน จะเป็นกับบางคนที่มียปัจจัยเสี่ยง เช่นอายุ ยิ่งอายุมากมีโอกาสมาก ผู้ชายเป็นมากกว่าผู้หญิง วัยก่อนหมดประจำเดือน แต่ผู้หญิงหลังหมดประจำเดือนจะเป็นมากขึ้น นอกจากนี้ปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญได้แก่ พวกเป็นเบาหวาน ความดันโลหิตสูง สูบบุหรี่ ไขมันในเลือดผิดปกติ สิ่งเหล่านี้ทำให้

คนคนนั้นมีโอกาสมากกว่าคนอื่น ผู้ที่ดื่มกาแฟไม่เกี่ยว ส่วนผู้ที่อ้วนก็มักจะมียับจัยเสียอย่างอื่นร่วมด้วยอยู่แล้ว รวยหรือจนก็สามารถเป็นได้ทั้งนั้นครับ

### ทำไมเส้นเลือดถึงตันได้?

จากการเอาส่วนที่ตันมาตรวจสอบพบว่า ประกอบด้วยกลุ่มไขมันที่ตกตะกอนที่ผนังเส้นเลือดและเซลล์อักเสบ หากวันร้ายคืนร้ายก่อนตะกอนที่เกาะที่ผิวด้านในของหลอดเลือดนี้แตก ก็จะมีเลือดออกภายในและแข็งตัวจับกันเป็นก้อนและอุดตันเส้นเลือด ถ้าเนื้อภาพไม่ออกก็ให้นึกถึงท่อน้ำที่บ้านตันก็แล้วกันครับ

### ผู้ป่วยจะตายทุกรายไหม?

ไม่ตายทุกรายครับ จากสถิติในโรงพยาบาลสงขลานครินทร์พบว่าร้อยละ 10-20 ที่จะเสียชีวิตในโรงพยาบาล สาเหตุการตายมาจากหัวใจเต้นผิดจังหวะและหัวใจวาย อาการแทรกซ้อนจะมีหรือไม่มี จะมากหรือน้อย ขึ้นกับส่วนที่ตายอยู่ที่ไหน และไปโดนเอาส่วนที่สำคัญของหัวใจอะไรบ้าง ยิ่งแก็งยิ่งตายแก็ง ผู้ชายผู้หญิงมีสิทธิ์ตายเท่าๆ กันครับ

### มีแนวทางรักษาอย่างไร?

รับนำผู้ป่วยไปห้องฉุกเฉิน ณ โรงพยาบาลแห่งใดก็ได้ เพื่อแพทย์จะได้วินิจฉัยโรค เพราะอาการเจ็บหน้าอกมีได้หลายสาเหตุและให้การรักษาได้ทันท่วงที ในกรณีเจ็บกล้ำมเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน จะมีหลักการรักษาใหญ่ๆ ได้แก่

1. จัดการกับส่วนที่ตัน เช่น บางรายถ้ามาเร็วพอ (น้อยกว่า 6 ชั่วโมง หลังมีอาการ) อาจใช้ยาละลายก้อนเลือด หรือบางแห่งอาจมีการใช้การขยาย ถ่างด้วยลูกโป่ง ซึ่งวิธีนี้ค่าใช้จ่ายสูงมาก และมีโรงพยาบาลบางแห่งเท่านั้นที่ทำได้
2. ฝึกระวังภาวะแทรกซ้อน หรือแก็งโรคแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น เช่น แก็งไซหัวใจเต้นผิดจังหวะ รักษาน้ำท่วมปอด
3. พ้นฟูหลังจากออกจากโรงพยาบาล เพื่อการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องและป้องกันกาเกิดซ้ำขึ้นอีก

ในระยะแรกแพทย์อาจนำเข้ารับรักษาในห้อง ICU (intensive care unit) หรือห้อง CCU (cardiac care unit) เพื่อเฝ้าระวังและรักษาภาวะแทรกซ้อนซึ่งมักเกิดในระยะแรกๆ หลังจากนั้นเมื่อผ่านพ้นช่วงวิกฤติแล้ว ก็จะให้ไปพักฟื้นในวอร์ดหรือห้องผู้ป่วยต่อไป

นอกจากเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวแล้ว แพทย์อาจให้ยาต้านเกล็ดเลือด ยาที่ปรับการทำงานของหัวใจให้สมดุล ยาลดไขมันในกรณีไขมันไม่ดี สูงผิดปกติ อาจมียาละลายหรือยาคลายเครียดตามความจำเป็น

### ส่วนใหญ่ต้องนอนโรงพยาบาลกี่วัน?

กรณีไม่มีภาวะแทรกซ้อนใดๆ อาจอยู่แค่ 2-3 วันก็กลับบ้านได้ บางรายมีกล้ามเนื้อส่วนที่เสียมาก ก็อาจต้องอยู่หลายวันเพื่อปรับยา ส่วนใหญ่อยู่ในราว 5-7 วัน

### หลังจากออกจากโรงพยาบาลแล้วต้องปฏิบัติตัวอย่างไร ทำกิจกรรมได้มาก น้อยแค่ไหน?

1. กำจัดปัจจัยเสี่ยงที่แก้ไขได้ เช่น หยุดสูบบุหรี่เด็ดขาด เลือกบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ เช่น เน้นที่ข้าว ผัก ปลา ควบคุมความดันและเบาหวาน ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ลดน้ำหนักส่วนเกิน

2. อาจมียาที่ต้องกินต่อไป มากน้อยแล้วแต่ความจำเป็น ยาหลายชนิดต้องมีการปรับขนาดและบางชนิดต้องกินตลอดไป ดังนั้นจึงยังต้องมาพบแพทย์อีก และต้องดูแลกันไปตลอด

3. เรื่องกิจกรรมจะมากขึ้นกับภาวะแทรกซ้อนหรือส่วนของหัวใจที่เสียหาย ผู้ป่วยบางรายทำงานได้ตามปกติ บางรายมีชีวิตเหมือนเดิม แต่บางรายเหนื่อยหอบง่าย หรือเจ็บหน้าอก และยังคงต้องปรับยาตามอาการต่อไป

หลักในการปรับตัวเพื่อให้มีกิจกรรมที่เหมาะสมคือ ขณะอยู่โรงพยาบาลอาจค่อยๆ เริ่มทำกิจกรรม เช่น เดินเข้าห้องน้ำ เดินรอบเตียง บางรายแพทย์อาจต้องประเมิน โดยให้วิ่งบนสายพานเพื่อประเมินสมรรถภาพทางร่างกาย และให้ความมั่นใจ



หลังจากกลับไปบ้านแล้วก็ยังควรมีการออกกำลังกายต่อไป ควรทำเป็นประจำ และสม่ำเสมอ เช่น สามครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละอย่างน้อย 20 นาที สำหรับผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกายมาก่อน การได้เดินไปเดินมาก็ยังดีกว่าไม่ทำอะไรเลย ควรค่อยๆ เริ่มจากน้อยไปหามาก ควรมีการวอร์มอัพ การออกกำลังกายมีผลดีหลายประการ เช่น เผาผลาญพลังงานส่วนเกิน เพิ่มไขมันตัวดี ทำให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น หัวใจเบิกบานมีผลดีกับหลายส่วนของร่างกายรวมทั้งหัวใจเองด้วย ส่วนการออกกำลังกายที่มากเกินไปรวมทั้งการแข่งขันกีฬาที่หักโหมก็คงไม่ดีแน่กับหัวใจที่มีปัญหา หากไม่แน่ใจควรปรึกษาแพทย์ก่อน

สำหรับคำถามยอดฮิตว่าจะประกอบกิจทางเพศได้ไหม คำตอบคือก็ให้คิดเสียว่ากิจกรรมอย่างนี้ก็คล้ายๆ กับการออกกำลังกายอย่างปานกลางชนิดหนึ่ง คือเหมือนเดินขึ้นที่สูงๆ 3-4 ชั้น หรือวิ่งเหยาะๆ โดยส่วนใหญ่ กิจกรรมชนิดนี้จะทำให้หัวใจเต้นเร็วประมาณ 110 ครั้ง/นาที (ยกเว้นเปลี่ยนคู่นอนหรือดื่มสุรา) ดังนั้น ถ้าไม่มีหัวใจขาดเลือดที่รุนแรงหรือภาวะหัวใจวายก็ควรปฏิบัติได้

## โรคนี้ต้องทำ “บายพาส” (ตัดต่อเส้นเลือด หรือต้องไปขยายเส้นเลือด หรือลุกลงไป) ไหม?

ไม่ได้ทำทุกราย เพราะส่วนกล้ามเนื้อที่ตายไปแล้ว การไปขยายเส้นเลือดให้เลือดไหลผ่านได้ก็คงได้ประโยชน์น้อย จะทำในกรณีที่ผู้ป่วยยังมีอาการและมีข้อบ่งชี้ว่า ยังมีเส้นเลือดอื่นกำลังตีบวิกฤตอีก โดยที่ได้รับยาในขนาดสูงแล้ว “ยังเอาไม่อยู่” หรือในกรณีที่ยังมีเส้นเลือดตีบหลายเส้นและกล้ามเนื้อขาดเลือดแต่ยังไม่ตายอยู่มาก แพทย์จะพิจารณาให้คำแนะนำเกี่ยวกับการผ่าตัดทำบายพาส หรือขยายเส้นเลือด โดยลุกลงต่อไป

