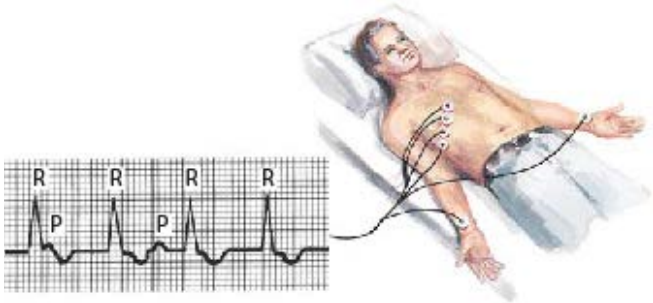
Syncope เป็นลม

สาเหตุ

คนเป็นลมบ่อยที่สุดเนื่องจากความดันโลหิตลดลงอย่างกะทันหันทำให้แน่ใจได้ว่าลุกขึ้นเร็วเกินไป สาเหตุทั่วไปเกี่ยวข้องกับการไหลเวียนของเลือดไม่เพียงพอไปยังสมองจึงออกซิเจนเข้าสู่สมองไม่เพียงพอ เลือดในเส้นเลือดจะกองอยู่ด้านล่างตามแรงโน้มถ่วง (venous pooling) หลอดเลือดที่เสียหายหรือแข็งตัวและจังหวะการเต้นของหัวใจผิดปกติ (arrhythmia) อาจลดการไหลเวียนของเลือด ความดันโลหิตต่ำ หัวใจสูบฉีดไม่ค่อยดีทำให้เกิดโรคหัวใจ (หัวใจล้มเหลว) หรือลิ้นหัวใจผิดปกติ อาจทำให้เป็นลมได้ เช่น โลหิตจาง (จำนวนเม็ดเลือดแดงต่ำ) ยา (โดยเฉพาะยาสำหรับความดันโลหิตสูง) โรคปอดและร่างกายสูญเสียน้ำมากเกินไป (ภาวะขาดน้ำ) อาการเป็นลมชนิดหนึ่งที่เรียกว่า vasovagal syncope หมายถึงการกระตุ้น vagus nerve ซึ่งช่วยลดความดันโลหิตและทำให้เป็นลม ประเภทนี้อาจเกิดขึ้นด้วยความวิตกกังวล อาการปวด ปัสสาวะหรือไอ

อาการ

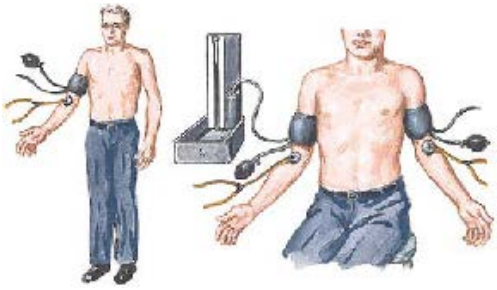


อาการคือหมดสติกะทันหันและอัตราการเต้นหัวใจอาจเร็วเกินไปหรือผิดปกติ (ใจสั่น) หรือช้าเกินไป

วินิจฉัย

แพทย์จะวินิจฉัยว่าเป็นลมหมดสติตามประวัติอาการ แพทย์จะขอประวัติการรักษา ตรวจร่างกายและตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (ECG) และวัดความดันในตำแหน่งต่าง ๆ (นอน นั่ง ยืนหลังออกกำลังกาย) การทดสอบTilt table testing เป็นการทดสอบที่ทำโดยผู้เชี่ยวชาญเมื่อสาเหตุของอาการหมดสติยังไม่ชัดเจน สามารถตรวจสอบได้อาการกับร่างกายในตำแหน่งต่าง ๆ ระดับน้ำตาลในเลือด (กลูโคส) และการนับเม็ดเลือด (ฮีมาโตคริต) สามารถตรวจสอบได้

หากสงสัยว่าหัวใจเต้นผิดปกติ แพทย์อาจใช้Holter monitor อุปกรณ์สวมใส่ที่บ้านและที่ทำงานเพื่อตรวจสอบจังหวะการเต้นของหัวใจ



การรักษา

หากหัวใจสูบฉีดเลือดไม่เพียงพอ จะต้องตรวจสอบสภาพของหัวใจ แพทย์อาจแนะนำให้ไปตรวจกับผู้เชี่ยวชาญโรคหัวใจเพื่อทดสอบเพิ่มเติม สำหรับผู้ที่มีความดันโลหิตต่ำ หรือโรคหัวใจหรือ ยาที่อาจทำให้หมดสติได้

ควรไม่ควร

✓สังเกตและจดจำอาการเป็นลม เช่น เกิดขึ้นเมื่อจู่ ๆ ก็ลุกจากการนั่ง

✓กินอาหารที่เหมาะสมและดื่มน้ำให้เพียงพอ เพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นลมที่เกิดจากน้ำตาลในเลือดต่ำและการขาดน้ำ

✓นั่งหรือนอนราบถ้ารู้สึกเป็นลม เพื่อช่วยให้เลือดเลี้ยงสมองดีขึ้น ดื่มน้ำเยอะ ๆ เมื่อทำได้ดื่ม หากคุณเป็นเบาหวานและมีน้ำตาลในเลือดต่ำ ให้รีบหาน้ำหวานกิน

✓พบแพทย์หากคุณเป็นลมจากอาการเจ็บหน้าอก หายใจถี่หรือมีประวัติโรคหัวใจ

✗อย่าละเลยอาการเป็นลม รีบพบแพทย์

✗อย่าเอาตัวเองไปอยู่ในสถานการณ์ เช่นการขับรถ ทำให้การเป็นลมของคุณแย่ลง

อ้างอิงข้อมูล : Fred Ferri.(2011).Ferri's Netter Patient Advisor.Retrived April 29, 2019, from www.netterreference.com