

## ลำไส้อุดตัน ภาวะอันตรายถึงชีวิตที่หลายคนอาจคาดไม่ถึง

### ลำไส้อุดตัน คืออะไร เหตุใดจึงอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต

ลำไส้อุดตัน คือ ภาวะที่ลำไส้มีการอุดตันจากสิ่งกีดขวาง หรือเกิดจากภาวะที่ลำไส้ไม่สามารถบีบตัวทำงานได้ตามปกติ ทำให้ของเสียทั้งอาหาร ของเหลวต่าง ๆ และลมตกค้างอยู่ภายในลำไส้ ซึ่งอาจส่งผลแทรกซ้อนรุนแรงถึงชีวิต ส่งผลให้เกิดอาการปวดท้องรุนแรง ไม่สามารถขับของเสียหรือลมที่ค้างอยู่ภายในลำไส้ได้ ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงตามมา เช่น ภาวะขาดสารน้ำและระดับเกลือแร่ในเลือดผิดปกติรุนแรง ภาวะลำไส้แตกทะลุ ภาวะลำไส้ขาดเลือด ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดการติดเชื้อในร่างกายรุนแรงจนนำมาซึ่งการเสียชีวิต

### ลำไส้อุดตัน เกิดจากอะไร?

สาเหตุและปัจจัยเสี่ยงของภาวะลำไส้อุดตันสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ตามกลไกการเกิดโรค ดังนี้

#### เกิดจากมีการอุดตันหรือมีสิ่งกีดขวางภายในลำไส้

- มะเร็งหรือเนื้องอกทั้งภายในและภายนอกลำไส้
- สิ่งแปลกปลอมที่ตกค้างภายในลำไส้
- นิ่วถุงน้ำดีที่หลุดลงมาในลำไส้
- ภาวะลำไส้ตีบแคบจากการมีแผลหรือการอักเสบเรื้อรังในลำไส้
- ภาวะผังพืดในช่องท้อง
- ภาวะลำไส้กลืนกัน
- ภาวะไส้เลื่อน

#### เกิดจากภาวะลำไส้ไม่ทำงาน (ILEUS AND PSEUDO-OBSTRUCTION)

- ภาวะระดับเกลือแร่ในเลือดผิดปกติ
- ภาวะพร่องฮอร์โมนไทรอยด์
- ผลข้างเคียงจากการใช้ยาหรือสารเสพติดบางชนิด
- ภาวะผิดปกติของลำไส้แต่กำเนิด
- ภาวะลำไส้ไม่ทำงานหลังผ่าตัด
- ภาวะโรคทางระบบประสาท เช่น โรคพาร์กินสัน
- ภาวะที่ร่างกายมีการเจ็บป่วยหรือติดเชื้อรุนแรง

## สัญญาณเตือนอาการลำไส้อุดตันที่ไม่ควรละเลย

- ปวดท้องรุนแรง
- อุจจาระมีขนาดเล็ก สนิบมาก
- อุจจาระมีเลือดปน
- ไม่สามารถถ่ายอุจจาระหรือผายลมได้เลย
- ท้องอืด แน่นท้อง กดแล้วเจ็บ
- คลื่นไส้ อาเจียน

## การวินิจฉัยภาวะลำไส้อุดตัน

- การซักประวัติและอาการของผู้ป่วย พร้อมกับตรวจร่างกายโดยแพทย์
- การตรวจเลือด เพื่อตรวจหาค่าบ่งชี้ถึงภาวะติดเชื้อ ระดับเกลือแร่ และสารน้ำที่ผิดปกติ
- การเอกซเรย์ (X-ray) เป็นการตรวจคัดกรองเบื้องต้นเพื่อดูลักษณะการอุดตันของลำไส้
- การเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ หรือ CT Scan เพื่อดูลักษณะของลำไส้ ตำแหน่งที่เกิดการอุดตัน และระดับความรุนแรงของการอุดตัน รวมถึงบอกสาเหตุของภาวะลำไส้อุดตัน
- การส่องกล้องทางเดินอาหาร เพื่อดูสาเหตุของภาวะอุดตันภายในลำไส้ รวมถึงแก้ไขสาเหตุของการอุดตันในบางกรณี

## วิธีการรักษาภาวะลำไส้อุดตัน

ลำไส้อุดตัน วิธีรักษาจะขึ้นอยู่กับตำแหน่งที่เกิดการอุดตัน สาเหตุของการอุดตัน และระดับความรุนแรงของการอุดตัน

- เฝ้ารอวังและแก้ไขภาวะขาดสารน้ำ ภาวะเกลือแร่ในเลือดผิดปกติ รวมถึงเฝ้ารอวังภาวะติดเชื้อ
- ใส่สายระบายสิ่งตกค้างและลมที่ค้างอยู่ในภายในกระเพาะหรือลำไส้
- ให้อาการกระตุ้นการทำงานของลำไส้ในบางกรณี
- แก้ไขภาวะอุดตันด้วยการผ่าตัด หรือส่องกล้องทางเดินอาหารเพื่อใส่ขดลวดหรือใช้ลูกโป่งถ่างขยายส่วนที่ตีบ

ที่มา : <https://pram9.com/th/articles/intestinal-obstruction>



## “ฮีทสโตรก” ต้นเหตุ... เกิดสโตรก จริงไหม?

ในช่วงอากาศร้อน ร่างกายต้องทำงานหนักเพื่อควบคุมอุณหภูมิ หากกลไกการระบายความร้อนล้มเหลว อาจเกิด “ภาวะฮีทสโตรก” แม้ฮีทสโตรกจะไม่ใช่โรคเดียวกับ “สโตรก” โดยตรง แต่ความผิดปกติที่เกิดขึ้นจากความร้อนรุนแรง อาจเป็นปัจจัยกระตุ้นให้เกิดโรคหลอดเลือดสมองได้ โดยเฉพาะในผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงอยู่แล้ว

**ฮีทสโตรก(Heat Stroke)** คือ ภาวะที่ร่างกายมีอุณหภูมิสูงกว่า 40 องศาเซลเซียส ไม่สามารถระบายความร้อนได้ทัน ทำให้อวัยวะหลายระบบทำงานผิดปกติ

**สโตรก (Stroke)** คือ ภาวะที่สมองขาดเลือดไปเลี้ยงเนื่องจาก หลอดเลือดตีบ อุดตัน หรือแตก ทำให้เซลล์สมองเสียหายส่งผลให้เกิดอัมพฤกษ์ อัมพาต หรือเสียชีวิต

### ฮีทสโตรกนำไปสู่สโตรกได้อย่างไร ?

แม้ว่าฮีทสโตรกและสโตรก ไม่ใช่โรคเดียวกัน แต่ ความร้อนสามารถกระตุ้นให้เกิดสโตรกได้ ผ่านหลายระบบ ดังนี้

1. ภาวะขาดน้ำและเลือดข้น อากาศร้อนทำให้อวัยวะสูญเสียน้ำมากเกินไปเลือดจึงมีความหนืดเพิ่มขึ้น ซึ่งอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดอุดตัน
2. หัวใจทำงานหนักผิดปกติ ในภาวะฮีทสโตรก นอกจากร่างกายจะขยายหลอดเลือดเพื่อระบายความร้อนแล้ว ยังเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจเพื่อสูบฉีดเลือด อาจทำให้เกิดหัวใจเต้นผิดจังหวะ และเกิดลิ่มเลือด หากลิ่มเลือดเกิดไปอุดตันหลอดเลือดในสมอง สามารถก่อให้เกิดสโตรกชนิดหลอดเลือดสมองตีบได้
3. ระบบไหลเวียนเลือดผิดปกติ ในภาวะฮีทสโตรกร่างกายมีการขยายหลอดเลือดเพื่อระบายความร้อน ทำให้ความดันโลหิตลดลง การไหลเวียนของเลือดไปเลี้ยงสมองลดลง และกระตุ้นให้เกิดภาวะสมองขาดเลือดได้
4. ภาวะการอักเสบทั่วร่างกาย ฮีทสโตรกกระตุ้นกระบวนการอักเสบรุนแรงทั่วร่างกาย ทำให้ระบบการแข็งตัวของเลือดผิดปกติ และเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดสมอง

### กลุ่มที่ต้องระวังเป็นพิเศษ

- ผู้สูงอายุ
- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
- ผู้ป่วยเบาหวาน
- ผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ผู้ที่ทำงานกลางแจ้ง

- ผู้ที่เคยมีประวัติเป็นสโตรก

### วิธีป้องกันตัวจากอากาศร้อน

1. ดื่มน้ำให้เพียงพอ : จิบน้ำเปล่าตลอดวัน แม้ไม่ได้กระหายน้ำ เพื่อลดอุณหภูมิร่างกายและป้องกันภาวะขาดน้ำ
2. หลีกเลี้ยงแดดจัด : พยายามอยู่ในร่ม หรือห้องที่มีเครื่องปรับอากาศ หากจำเป็นต้องออกกลางแจ้ง ให้สวมหมวก กางร่ม และ ทาครีมกันแดด
3. การเลือกสวมเสื้อผ้า : ใส่เสื้อผ้าสีอ่อน เนื้อผ้าเบา โปร่งสบาย หลวม ไม่รัดรูป เพื่อให้ระบายอากาศได้ดี
4. ลดกิจกรรมกลางแจ้ง : เลี่ยงการออกกำลังกายหรือทำงานหนัก ในช่วงเวลาที่ร้อนที่สุด 11.00น.-15.00น.
5. ลดอุณหภูมิร่างกาย : อาบน้ำเย็น แช่เท้า หรือใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัวบริเวณคอ รักแร้ และขาหนีบ
6. จัดการสภาพแวดล้อม : ปิดม่านหรือมู่ลี่เพื่อป้องกันความร้อนเข้าบ้าน และใช้เตาอบหรือเตาไฟให้น้อยที่สุด

**ข้อควรระวัง** ห้ามทิ้งเด็ก สัตว์เลี้ยง หรือผู้สูงอายุไว้ในรถที่จอดตากแดด ทั้งนี้ควรสังเกตอาการผิดปกติ เช่น เวียนศีรษะ ตัวร้อนจัด ซึมลง คลื่นไส้ อาเจียน ชักหรือหมดสติ หากมีอาการรุนแรงควรรนำตัวส่งแพทย์เพื่อตรวจเช็คอาการ

ฮีทสโตรกไม่ใช่สาเหตุโดยตรง แต่สามารถเป็น ตัวกระตุ้นสำคัญ ที่เพิ่มความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดในสมอง โดยเฉพาะในกลุ่มเสี่ยง ในช่วงอากาศร้อนจัด การป้องกันฮีทสโตรกมีความสำคัญมาก ไม่ใช่แค่การเลี้ยงภาวะลมแดด แต่เป็นการลดความเสี่ยงของภาวะสมองขาดเลือด หรือ หลอดเลือดสมองแตกที่อาจเกิดขึ้นอย่างเฉียบพลัน

ที่มา : <https://theworldmedicalhospital.com/heat-stroke/>