

**Believe It
or Not ?**

จริงหรือ! ใช้หรือเปล่า ?

ผศ.พญ. รัชณี แซ่ลี
ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล



อากาศร้อนอบอ้าว ทำหัวใจหยุดเต้นได้จริงหรือ?



สภาวะอากาศ

เมืองไทยในปัจจุบันสามารถทำให้เกิด **Heat Stroke**

หรือภาวะลมแดดได้ คือภาวะที่อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นเร็วเกินไป โดยมีอุณหภูมิร่างกายเกินกว่า **40 องศาเซลเซียส** นับว่าเป็นภาวะอันตรายถึงชีวิตมีผลทำให้การทำงานของอวัยวะในร่างกายผิดปกติ ได้แก่ สมอสมอง ปอดอักเสบรุนแรง (ไม่ใช่จากการติดเชื้อ) หัวใจและการไหลเวียนล้มเหลว ตับวาย ไตวาย การแข็งตัวของเลือดผิดปกติ และเซลล์กล้ามเนื้อถูกทำลาย

Heat Stroke แบ่งเป็น 2 ประเภทคือแบบ **classical** มักใช้เวลา 2-3 วัน มักเกิดในผู้สูงอายุ ผู้ป่วยที่นอนบนเตียง ไม่สามารถดื่มน้ำได้ทันกับอากาศร้อน และแบบ **exertional** มักเกิดในคนที่ต้องออกแรงมากๆ ท่ามกลางสภาพอากาศร้อน เช่น ฝึกทหาร นักกีฬากลางแจ้ง คนงานที่ทำงานกลางแจ้ง โดยมีอุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นอย่างรวดเร็วจนร่างกายไม่สามารถปรับตัวได้

อาการของผู้ป่วย **Heat Stroke** ได้แก่ สับสนวุ่นวาย ชัก หหมดสติ หายใจเร็ว หอบ เหงื่อออก ชีพจรเต้นเร็ว ความดันต่ำ และช็อก อาจมีท้องเสียอาเจียนร่วมด้วยได้ หากได้รับการช่วยเหลือช้าผู้ป่วยมักจะเสียชีวิต

การช่วยเหลือเบื้องต้นเมื่อพบผู้ป่วย **Heat Stroke** ต้องรีบนำผู้ป่วยออกจากสภาพอากาศที่ร้อนไปอยู่ในที่เย็นขึ้น โทรตามรถพยาบาล ถอดเสื้อผ้าให้มากที่สุดเพื่อให้ผิวหนังระบายความร้อนได้ ใช้ผ้าเย็นหรือน้ำแข็งประคบ

ตามข้อพับ ซอกคอเพื่อลดอุณหภูมิ (ห้ามนำผู้ป่วยไปแช่น้ำเย็น)

หากผู้ป่วยยังพอรู้ตัวให้ดื่มน้ำให้มากที่สุด (1-2 ลิตรใน 1 ชั่วโมง)

หากผู้ป่วยหมดสติต้องให้สารน้ำทางหลอดเลือดดำ ซึ่งต้องรอ

รถพยาบาลมาถึง และห้ามให้ทานยาลดไข้พวก aspirin

หรือ acetaminophen (พาราเซตามอล) หากผู้

ป่วยหยุดหายใจให้ช่วยหายใจหรือหากหัวใจ

หยุดเต้นให้ช่วยชีวิตเบื้องต้นขั้นพื้นฐาน

