

ภาวะกลืนลำบากภัยเงียบในผู้สูงอายุ



ภาวะกลืนลำบากภัยเงียบในผู้สูงอายุ

คนเราเมื่อมีอายุมากขึ้น ร่างกายที่ผ่านการใช้งานมากกว่าก่อนชีวิตก็มักจะมีเริ่มส่งสัญญาณเตือนให้เรารับรู้ถึงความเสื่อมต่าง ๆ ของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกในรูปแบบของอาการเล็กน้อยอย่าง การปวดเมื่อตามเนื้อตัวหรือข้อ การหลงลืมสิ่งต่าง ๆ และการแสดงออกที่มาในรูปแบบของภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ซึ่งภาวะดังกล่าวคนส่วนใหญ่มักสังเกตเห็นได้ง่ายและให้การดูแลอย่างดี แต่มีอยู่ภาวะการเจ็บป่วยหนึ่งที่ผู้คนส่วนใหญ่มักมองข้ามคือ ภาวะการกลืนลำบาก เนื่องจากอาการที่แสดงในช่วงแรกนั้นหากไม่ได้เกิดขึ้นอย่างฉับพลันหรือเกิดจากโรคต่าง ๆ แต่เป็นภาวะการกลืนลำบากจากการเสื่อมตามวัย จะมีอาการค่อนข้างน้อย เช่น ใช้ความพยายามในการกลืนอาหารมากขึ้น กลืนอาหารไม่ลงหรือไม่หมดในครั้งเดียว ทานได้น้อยลง การทานใช้เวลานานขึ้น หรือมีอาการไอระหว่างกลืนบางครั้ง เป็นต้น ซึ่งอาการที่กล่าวมาข้างต้นนั้น ผู้คนส่วนใหญ่มักคิดว่าเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ทำให้หลายครั้งคนมักมองข้ามหรือหลงลืมภาวะนี้ไป ซึ่งถ้าหากเรามองข้ามภาวะดังกล่าวไปและปล่อยให้ระดับความรุนแรงมากขึ้น จะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยหรือผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของปอดอักเสบ ปอดติดเชื้อ หรือการต้องใส่สายให้อาหารตลอดช่วงชีวิตที่เหลืออยู่ ดังนั้นเราทุกคนควรมีความเข้าใจในเรื่องภาวะการกลืนลำบากเพื่อป้องกันหรือชะลอภาวะที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองในอนาคตได้

ภาวะการกลืนลำบาก (Dysphagia) เป็นภาวะที่เกิดความผิดปกติขึ้นกับกระบวนการกลืนของคนเรา ไม่ว่าจะเป็นความผิดปกติที่เกิดขึ้นภายในช่องปาก คอหอย หรือหลอดอาหาร โดยเราสามารถสังเกตอาการความผิดปกติเกี่ยวกับภาวะการกลืนลำบากได้ดังนี้

อาการชัดเจน – ไอ สำลัก หายใจติดขัด หายใจไม่ออก กระแอมไอเพื่อขับเสมหะในระหว่างการกลืนหรือหลังกลืน รู้สึกว่ามีอาหารติดค้างในบริเวณลำคอหลังกลืน มีอาหาร/น้ำไหลย้อนออกมาทางจมูก หรือรู้สึกเจ็บระหว่างกลืน อาการที่เข้าข่ายน่าสงสัย – หายใจไม่อิ่ม เสียงเปลี่ยนหลังกลืน รับประทานอาหารช้า มีน้ำลายไหลจากปาก พฤติกรรมการรับประทานอาหารเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

สาเหตุของภาวะกลืนลำบาก – สาเหตุที่พบได้บ่อยของภาวะกลืนลำบากคือ โรคหลอดเลือดสมอง แต่อย่างไรก็ตาม ภาวะกลืนลำบากอาจมีสาเหตุจากภาวะอื่น ๆ ได้อีกมากมาย ไม่ว่าจะเป็นสาเหตุจากโรคทางระบบประสาท, พยาธิสภาพที่เกิดขึ้นกับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องกับการกลืน, โรคทางจิตเวช, โรคระบบเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน การใช้ยาบางตัว และการเสื่อมตามวัยของอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับกลืน ทั้งหมดนี้ล้วนแต่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะกลืนลำบากได้ทั้งสิ้น ส่วนวิธีการป้องกันภาวะกลืนลำบากนั้นทำได้อย่างไร โปรดติดตามต่อในการพูดถึงภาวะกลืนลำบากภัยเงียบในผู้สูงอายุ(2) ครั้งหน้า

เรียบเรียงโดย

จริญญา บุญริ้ว (นักกิจกรรมบำบัด)

ฐิติวัฒน์ ศรีบุญธรรม (นักกิจกรรมบำบัด)

สนใจติดต่อ

Tel : 0655988783

Line id : @cherseryhome

www.cherseryhome.com