

# เจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก เป็นโรคไหม



อาการหอบ เป็นอาการที่เกือบจะทุกคนเคยเป็นมาก่อน เช่น หลังออกกำลังกาย มักจะมีอาการเหนื่อยหอบแต่ก็ถือว่าเป็นอาการที่เหนื่อยปกติ แต่บางคนก็อาจจะมีอาการที่เหนื่อยมาก เลยทำให้หายใจไม่อิ่ม หรือพยายามหายใจมากเกินไปเลยก่อให้เกิดอาการแน่นหน้าอก ไปจนถึงเจ็บหน้าอก ในขณะที่บางคน อาจเหนื่อยน้อยกว่า เมื่อออกกำลังกายในขนาดเดียวกันก็ตาม

การตรวจหาสาเหตุของโรคที่ทำให้เกิดอาการเหนื่อย

ซักประวัติ ตรวจร่างกายที่ได้มาตรฐาน ตรวจเลือด ตรวจหน้าที่ตับ ไต ต่อมไทรอยด์ เอกซเรย์ทรวงอก คลื่นไฟฟ้าหัวใจ และตรวจสมรรถภาพปอด ถึงจะบอกถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการเหนื่อยง่าย ได้เกือบหมด

สาเหตุของโรคที่สำคัญ คือ โรคปอดและโรคหัวใจ

โรคปอดเป็นโรคที่พบบ่อยที่สุด สถิติจากศูนย์ควบคุมโรค ในสหรัฐ ในปี 2543 ชาวอเมริกันประมาณ 30 ล้านคนหรือ 11.03% ของประชากร ป่วยเป็นโรคปอดเรื้อรัง ในขณะเดียวกัน มีชาวอเมริกัน 22 ล้านคน หรือ 8.09% ป่วยเป็นโรคหัวใจ สำหรับในประเทศไทย ในปี 2545 สถิติจากกระทรวงสาธารณสุข ปรากฏว่า ผู้ป่วยโรคระบบทางเดินหายใจ เข้ามารับการตรวจจากแพทย์ ปีละ 24.4 ล้านราย และระบบไหลเวียนของเลือด 7.2 ล้านราย อัตราตายของคนไทย จากโรคปอด ซึ่งรวมถึงปอดบวมและวัณโรค ด้วยอัตรา 31.9 ต่อประชากร 100,000 คน ซึ่งเป็นโรคหัวใจ จะมีอัตราตาย 27.7 จากประชากร 100,000 คน สำหรับโรคปอด ในผู้ป่วยที่อายุน้อย และหนุ่มสาว มักเป็นโรคหอบหืด ส่วนอายุมาก มักจะเป็นหลอดลมอักเสบเรื้อรัง และถุงลมปอดโป่งพอง การตรวจเอกซเรย์ปอด และตรวจสมรรถภาพปอดจะตรวจพบผู้ป่วยได้เกือบทั้งหมด แต่บางครั้ง แพทย์อาจต้องการการตรวจและวินิจฉัยเพิ่มเติม เพื่อให้ได้ผลที่แน่นอน และเพื่อการรักษาที่มีประสิทธิภาพ

สำหรับโรคหัวใจนั้น โรคที่พบบ่อยคือ โรคหลอดเลือดเลี้ยงหัวใจตีบ โดยโรคนี้ขึ้นอยู่กับอายุของผู้ป่วยด้วย ผู้ป่วยอายุต่ำกว่า 25 ปีมีโอกาสเป็นโรคเส้นเลือดเลี้ยงหัวใจตีบ 0.2 รายต่อประชากร 100,000 ราย อายุ 35-44 ปีมีโอกาสเป็น 14.7 รายต่อประชากร 100,000 ราย อายุ 75-84 ปีมีโอกาสเป็น 1252.2 รายต่อประชากร 100,000 ราย ดังนั้น จะเห็นได้ว่าถ้าผู้ป่วยมีอายุน้อยกว่า 44 ปี ไม่มีอาการเจ็บหน้าอก หรือไม่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันสูง โดยเฉพาะมีเอกซเรย์หัวใจและคลื่นไฟฟ้าหัวใจ EKG โดยปกติแล้วอาจจะพูดได้ว่าอาการที่เหนื่อยง่ายนั้นมีโอกาสจากโรคหัวใจนั้นน้อยมาก แต่ถ้าผู้ป่วยเป็นโรคหัวใจก็มีความจำเป็น ที่ต้องให้แพทย์ผู้ชำนาญทางโรคหัวใจตรวจหาสาเหตุที่แน่นอนและรักษาต่อ

การตรวจหาสาเหตุของอาการเหนื่อยที่ไม่ใช่จากโรค

ผู้ป่วยที่มีอาการเหนื่อยหรือหอบง่าย โดยเฉพาะผู้ป่วยอายุน้อย มักเกิดจากการที่ไม่ใครได้ออกกำลังกาย พักผ่อนไม่พอ หรือหลับไม่สนิท โดยเฉพาะมีเรื่องเครียด กังวล ไม่ว่าจะเกิดจากการงาน หรือเรื่องภายในครอบครัว อาจทำให้เกิด

อาการเหนื่อยง่ายได้ ผู้ป่วย มักจะมีอาการหายใจไม่อิ่ม หรือหายใจไม่ทั่วท้องจนเกิดอาการแน่นหน้าอกหรือเจ็บหน้าอกมาก รู้สึกอากาศไม่เข้าไปในปอด หายใจถี่ๆ 3-4 ครั้งแล้วจะสบาย หรือชอบถอนหายใจ บางคราว ผู้ป่วยมีปัญหา แต่ตนเองคิดว่าไม่ได้คิดอะไร เพราะแก้ไขได้ แต่จริงๆ แล้วจิตใต้สำนึก ยังคงเก็บปัญหาไว้อยู่ก็ได้ ผู้ป่วยพวกนี้ จะสบายขึ้น จากการได้รับยาคลายเครียดอ่อนๆ โดยเฉพาะเวลานอน แต่มีบางราย อาจต้องปรึกษาจิตแพทย์ บางคราวจะมีอาการอื่น เช่น ใจสั่น เจ็บหน้าอก กรดในท้องมาก ท้องเดินบ่อย มีน้ตื้นระ ปวดศีรษะ หรือตกใจง่ายร่วมด้วย สำหรับผู้ที่ไม่ค่อยได้ออกกำลัง ทางหน่วยกายภาพบำบัด จะบอกได้ถึงว่า ผู้ป่วยมีการขาดการออกกำลังหรือไม่ เป็นมากน้อยแค่ไหน เป็นที่ส่วนไหนของร่างกาย และมีการบริการ เพื่อให้มีสุขภาพสมบูรณ์ (Physical Fitness Exercise Program) โดยแนะนำวิธีบริหาร ที่เหมาะสมกับโรค อายุ และอาชีพของผู้ป่วย

ข้อมูลจาก: ศูนย์ปอดและระบบทางเดินหายใจของโรงพยาบาลกรุงเทพ