

# โรคความดันโลหิตสูง ( Hypertension )



ปัจจุบันความดันโลหิตสูงเป็นหนึ่งในกลุ่มของโรคที่ทำให้เกิดผลแทรกซ้อนของโรคหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งรวมทั้งหลอดเลือดที่สมองและไตด้วย จุดมุ่งหมายของการรักษาภาวะความดันโลหิตสูงเพื่อลดอัตราทุพพลภาพและอัตราการตาย ซึ่งเกิดจากภาวะแทรกซ้อนทางหัวใจและหลอดเลือด การดูแลเฉพาะแต่ความดันโลหิตสูงเท่านั้นจะทำให้ได้ผลไม่ดีเท่าที่ควร ดังนั้นแพทย์จึงต้องตรวจค้นหาภาวะอื่น ที่อาจพบในผู้ป่วยด้วย อาทิ เบาหวาน , ไขมันในเลือดสูง , ภาวะอ้วน , ผนังหัวใจห้องซ้ายล่างหนา และโรคเก๊าท์ เป็นต้น ทั้งนี้แพทย์จะต้องดำเนินการควบคุมและรักษาผู้ป่วยไปกับการรักษาความดันโลหิตจึงจะได้ผลและมีประสิทธิภาพเต็มที่

อย่างไรก็ดีสาเหตุส่วนใหญ่มากกว่าร้อยละ 90 ของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงจะตรวจไม่พบสาเหตุ จาก 2 ปัจจัยใหญ่คือ

1. กรรมพันธุ์ พบว่าผู้ที่สืบบิดาและมารดาเป็นความดันโลหิตสูงมีโอกาสเป็นความดันโลหิตสูงได้มากกว่าผู้ที่บิดามารดาไม่เป็น ยิ่งกว่านั้นผู้ที่มีทั้งบิดาและมารดาเป็นความดันโลหิตสูงจะมีความเสี่ยงที่จะเป็นมากที่สุด ผู้สูงอายุก็มีโอกาสเป็นความดันโลหิตสูงเมื่ออายุมากขึ้น
2. สิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นปัจจัยที่แก้ไขได้ เช่น ภาวะอ้วน เบาหวาน การรับประทานอาหารเค็ม การดื่มสุราและสูบบุหรี่ ภาวะเครียด เป็นต้น

สำหรับความดันโลหิตสูงที่มีสาเหตุพบได้น้อยกว่าร้อยละ 10 ซึ่งผู้ป่วยในกลุ่มนี้แม้จะพบเป็นจำนวนน้อย แต่ก็มีความสำคัญ เพราะบางโรคอาจรักษาให้หายขาดได้ ทั้งนี้สาเหตุที่พบได้บ่อยคือโรคไต หลอดเลือดแดงที่ไปเลี้ยงไตตีบ ยาบางชนิด อาทิ ยาคุมกำเนิด และหลอดเลือดแดงใหญ่ที่ออกจากหัวใจตีบและเนื้องอกของต่อมหมวกไต เป็นต้น อาการของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง แบ่งออกดังนี้

- ความดันโลหิตสูงระดับอ่อนหรือปานกลาง จะไม่มีอาการแต่มีการทำลายอวัยวะต่างๆ ที่ละน้อยอย่างช้าๆ จนผู้ป่วยเกิดผลแทรกซ้อนในที่สุด ซึ่งอาจทำให้ หัวใจล้มเหลว , หัวใจขาดเลือด , ไตเสื่อมสมรรถภาพ หรืออัมพาต อัมพฤกษ์ จึงทำให้ภาวะความดันโลหิตสูง ถูกเรียกขานนามว่า ” ฆาตกรเงียบ ”
- ความดันโลหิตสูงอย่างรุนแรง ผู้ป่วยอาจเกิดอาการเหล่านี้ขึ้นได้ อาทิ เลือดกำเดาออก , ตามองไม่เห็นข้างหนึ่งชั่วคราว , เห็นง่าย , เจ็บหน้าอก , เวียนศีรษะ , ปวดศีรษะตุบๆ เป็นต้น แต่อาการเหล่านี้ไม่จำเพาะ เพราะอาจเกิดจากสาเหตุอื่นก็ได้ เช่น ไข้ ความเครียด ไมเกรน ดังนั้นเมื่อเกิดอาการผิดปกติ จึงควรปรึกษาแพทย์ เพราะถ้าพบความดันโลหิตสูงมากจะได้รับการดูแลถูกต้องและทันที่ ซึ่งเมื่อความดันโลหิตลดลงมาเป็นปกติอาการดังกล่าวก็จะหายไป

ผลแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง หากเป็นอยู่นานและไม่ได้รับการรักษา จะทำให้เกิดการทำลายของอวัยวะ

สำคัญต่างๆ ในร่างกายได้ อาทิ หัวใจ , สมอ , ไต , หลอดเลือด และตา เพราะความดันโลหิตสูงและเป็นอยู่นานจะทำให้ผนังหลอดเลือดแดงหนาตัวขึ้นและรูเล็กลงทำให้เลือดที่ไปเลี้ยงอวัยวะต่างๆ ลดลง ส่งผลให้การทำงานของอวัยวะเหล่านี้ไม่ปกติ ระยะเวลาที่เป็นความดันโลหิตสูงจนเกิดผลร้ายขึ้นอยู่กับระดับความดันโลหิต เช่น ระดับอ่อนและปานกลาง จะใช้เวลามากกว่า 10 ปี ระดับรุนแรงจะใช้เวลาสั้นกว่านี้ หรือความดันโลหิตชนิดร้ายแรงจะใช้เวลาแค่เป็นเดือน เป็นต้น

นอกจากการวัดความดันโลหิตแล้ว ต้องดูปัจจัยเสี่ยงอื่นหรือโรคอื่นควบคู่ อาจพบสาเหตุของความดันโลหิตสูง มีการประเมินปัญหาที่เกิดต่ออวัยวะต่างๆ จากความดันโลหิตสูง

เป้าหมาย : ความดันโลหิต - < 140/90

โอกาสเป็นเบาหวาน - < 130/80

มีปัญหาไต - < 120/80

บทความโดย : นายแพทย์ศาสตรา จารุรัตนานนท์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางอายุแพทย์โรคหัวใจ โรงพยาบาล  
เวสต์เมดิคอล