สมองเสื่อมหรือ... ขี้ลืมธรรมดาๆ

นำเสนอเมื่อ : 21 ม.ค. 2553

โรคสมองเสื่อม คืออาการเสื่อมของระบบการทำงานของสมองทั้งหมด ส่งผลให้ผู้ป่วยมีปัญหาเกี่ยวกับความจำ ความรอบรู้ มีการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมและบุคลิกภาพ แต่อาการหลงลืมจากอายุที่เพิ่มขึ้นนั้น โดยมากจะสูญเสียความจำเพียงอย่างเดียว ซึ่งจะเป็นไปอย่างช้าๆ ทำให้ปรับตัวได้โดยไม่มีผลต่อการทำงานหรือการใช้ชีวิตประจำวัน

โรคสมองเสื่อมในประชากรไทย พบว่า

มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้ โอกาสของการเกิดโรคจะเป็นไปตามอายุที่เพิ่มขึ้น
ประชากรที่ด้อยการศึกษาจะเป็นโรคนี้มากกว่าประชากรที่มีการศึกษาดี
ผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตเมืองใหญ่จะมีโอกาสเป็นโรคนี้มากกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตที่เจริญน้อยกว่า
และพบว่าโรคสมองเสื่อมมีความสัมพันธ์กับโรคความดันโลหิตสูง
คาดว่าโอกาสการเกิดโรคสมองเสื่อมสัมพันธ์กับการบริโภคเกลือและภาวะเครียดในกลุ่มคนเมือง

ความแตกต่างระหว่างอาการหลงลืมปกติและอาการโรคสมองเสื่อมคือ ผู้สูงอายุทั่วไปอาจมีอาการหลงลืมได้บ้าง แต่ลืมแล้วจำได้ว่าลืมอะไร?? เมื่อมีการฝึกเตือนตนเอง จะช่วยแก้ไขความจำดีขึ้น ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมจะจำไม่ได้เลย เคยทำหรือลืมอะไร!! นอกจากนี้จะเป็นการเปลี่ยนแปลงของบุคลิกภาพและมีปัญหาพฤติกรรมผิดปกติรวมด้วย

อ่านถึงตรงนี้... หลายท่านอาจจะสงสัยว่า?? ตนเองหรือผู้สูงอายุที่ดูแลอยู่เป็นโรคสมองเสื่อมหรือหลงลืมธรรมดาๆ กันแน่ ลองสำรวจ 10 อาการสัญญาณเตือนโรคสมองเสื่อม (ขอมูลจากคู่มือโรคสมองเสื่อม จัดทำโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข)

10 อาการเตือนโรคสมองเสื่อม

1. **หลงลืม** มีผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันคนทั่วไปมีลืมการนัดหมาย ลืมชื่อเพื่อน หรือเบอร์โทรศัพท์เพื่อนได้ในบางครั้ง แต่จะจำได้ในภายหลังแต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม ลืมบ่อยกว่าและฟื้นความจำไม่ได โดยเฉพาะเหตุการณ์ที่เพิ่งผ่านมา

2. **ทำกิจวัตรที่เคยทำมาไม่ได้** คนที่มีธุระยุ่งมากอาจจะไม่มีสมาธิเป็นครั้งคราวได้ เขาอาจลืมอาหารที่อุ่นไว้บนเตา แต่จะจำได้เมื่อต้องรับประทานอาหาร แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมจะจำไม่ได้และทิ้งอาหารที่อุ่นไว้แม้วาทานอาหารอิ่มแล้ว

3. **มีปัญหาในการใช้ภาษา** ทุกๆ คนต้องเคยบ้างที่ใช้คำพูดผิด แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมอาจลืมคำง่ายๆ และใช้คำที่ไม่เหมาะสมแทน ทำให้คนอื่นเข้าใจลำบาก เช่น ใช้คำแทนนาฬิกาว่า เครื่องที่เอาไว้ดูเวลา

4. **ไม่รู้เวลาและสถานที่** เป็นปกติที่บางครั้งอาจลืมว่าเป็นวันอะไรของสัปดาห์หรือลืมเส้นทางที่ตนเองจะไป แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมจำถนนหนทางที่ใช้ประจำไม่ได ไม่รู้วามาอย่างไร?? และจะกลับบ้านอย่างไร??

5. **การตัดสินใจแย่ลง** เราอาจจะไม่ไปหาแพทย์เมื่อเป็นไข้ แต่ถ้าเป็นมาก ในที่สุดก็จะไปพบแพทย์ แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมไม่รู้วามีอาการอย่างไรที่จะตองไปพบแพทยหรือผู้ป่วยอาจจะใส่เสื้อผ้าหนาๆ ในวันอากาศร้อน

6. **มีปัญหาในการคิดแบบนามธรรม** บางครั้งคนทั่วไปอาจบวก- ลบ เลขไม่ถูก แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมไม่รู้แม้กระทั่งตัวเลขคืออะไร?? และเอาไว้ทำอะไร

7. **วางของผิดที่** บางคนอาจวางโทรศัพท์หรือกระเป๋าสตางค์ไว้ผิดที่ แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมจะวางของในที่ๆ ไม่ควรวาง เช่นเก็บรองเท้าไว้ในตู้เย็น เก็บถุงเท้า กางเกงในที่ใช้แล้วไว้ในลิ้นชักโต๊ะ

8. **อารมณ์และพฤติกรรมเปลี่ยนไป** ทุกคนมีอารมณ์เศร้า อารมณ์เสียได้เป็นครั้งคราว แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม มีอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จากเงียบๆ เป็นร้องไห้ จากอารมณ์ดีเป็นโกรธโดยไม่มีเหตุผล

9. **บุคลิกภาพเปลี่ยนไป** ปกติบุคลิกภาพจะเปลี่ยนไปตามอายุได้ แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม จะเปลี่ยนอย่างรวดเร็ว อาจจะสับสนสลับกับหวาดระแวง รวมถึงความกลัวโดยไม่มีเหตุผลหรือการแสดงออกที่ไม่สมควร เช่น ถอดเสื้อผ้าต่อหน้าสาธารณชน

10. **ขาดการคิดริเริ่มสร้างสรรค์** คนทั่วไปอาจจะเบื่องานหรือเบื่อการเข้าสังคม แต่ไม่นานก็จะกลับมาเริ่มทำใหม่ได้ แต่ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมมักจะอยู่เฉยไม่อยากทำอะไรรอให้คนอื่นมาหาหรือมาชักชวนให้ทำสิ่งต่างๆ

หากมีอาการข้อหนึ่งข้อใด อย่ารีรอ ควรรีบปรึกษาแพทย์ เพราะอาการดังกล่าวอาจมีสาเหตุที่รักษาได้ แต่ถ้าเป็นโรคสมองเสื่อม แพทย์ก็มีทางที่จะช่วยเหลือท่านได้คะ

โรงพยาบาลศรีธัญญา