

## โรคหอบจากอารมณ์...อันตรายที่คาดไม่ถึง

นำเสนอเมื่อ : 25 มิ.ย. 2554

เกริ่นจากข้างต้น หลายคนก็คงจะสงสัยว่า โรคหอบจากอารมณ์มีลักษณะอย่างไร มีด้วยหรือ?...อย่ารอช้าไปหาคำตอบจากบทความด้านล่างกันเถอะ!!

### โรคหอบจากอารมณ์คืออะไร

การที่ผู้ป่วยมีอาการหายใจหอบเร็วและลึกอยู่นาน จนทำให้เกิดความผิดปกติของค่าสารเคมีในเลือด ทำให้มีอาการต่าง ๆ ทางร่างกายติดตามมา อาการดังกล่าวมักสัมพันธ์กับภาวะวิตกกังวล หรือได้รับความกดดันทางจิตใจก่อนหน้าที่จะมีอาการ ซึ่งอาการดังกล่าวจะเกิดขึ้นเป็นครั้งคราว และไม่มีอันตรายถึงแก่ชีวิต หากไม่ได้เกิดจากสาเหตุทางกายอื่น ๆ

**ลักษณะอาการที่เกิดขึ้น** ผู้ป่วยจะมีอาการหายใจหอบเร็ว บ่นหายใจลำบาก หน้ามืด เวียนศีรษะ ใจสั่น อาจพบอาการเกร็ง มือจับ อาจมีอาการชาบริเวณรอบปากและนิ้วมือได้ ซึ่งอาการดังกล่าวเกิดจากปริมาณคาร์บอนไดออกไซด์ในเลือดลดลง ทำให้เกิดการหดตัวของเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย โดยเฉพาะที่สมอง รวมทั้งมีการลดลงของค่าแคลเซียมที่เป็นตัวออกฤทธิ์ในเลือดลดลงด้วย

อาการดังกล่าวมักสัมพันธ์กับภาวะวิตกกังวล โดยก่อนเกิดอาการอาจพบว่า ผู้ป่วยมักมีปัญหากดดันจิตใจอย่างเห็นได้ชัด เช่น ทะเลาะกับคนใกล้ชิด หรือที่ทำงาน หรือมีปัญหาการเรียน ต้องสอบ เป็นต้น อย่างไรก็ตาม อาการดังกล่าวอาจคล้ายคลึงกับอาการหอบจากสาเหตุทางกายได้หลายสาเหตุ เช่น โรคหอบหืด ภาวะหัวใจขาดเลือด ภาวะเป็นกรดในเลือดจากเบาหวานและอื่น ๆ ดังนั้น ผู้ป่วยจึงต้องได้รับการซักประวัติ การตรวจร่างกาย และส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการที่จำเป็น เพื่อให้ได้รับการวินิจฉัยและการดูแลที่ถูกต้องตามสาเหตุต่อไป

**วิธีการรักษาอาการหายใจหอบ** โดยการพยายามหายใจให้ช้าลง หรือให้หายใจในถุงกระดาษที่ครอบทั้งปากและจมูก รวมทั้งการได้รับยาในกลุ่มยาคลายกล้ามเนื้อ จะช่วยให้อาการหายใจหอบทุเลาลง แต่หากผู้ป่วยไม่สามารถกินยาได้ แพทย์อาจพิจารณาให้ยาฉีด ซึ่งจะออกฤทธิ์ได้รวดเร็ว

อาการดังกล่าวมักพบบ่อยในผู้ป่วยหญิงที่อยู่ในวัยเรียนถึงผู้ใหญ่ตอนต้น ก่อนเกิดอาการมักมีปัญหากดดันจิตใจ แต่ควรระมัดระวังในผู้ป่วยที่มีอายุมาก มีโรคประจำตัวอยู่เดิม หรือบุคลิกเดิมของผู้ป่วยไม่มีปัญหาในการปรับตัวกับภาวะกดดันมาก่อน หรือผู้ป่วยที่มีอาการโดยที่ไม่มีปัญหากดดันที่ชัดเจน ซึ่งอาการดังกล่าวอาจเกิดจากสาเหตุทางกายที่กล่าวไปข้างต้น

ถือว่าเป็นโรคที่อันตรายร้ายแรงหรือไม่นั้นผู้ป่วยควรได้รับการอธิบายเพื่อเข้าใจถึงกลไกการเกิดอาการ รวมทั้งได้รับความมั่นใจว่าอาการดังกล่าวไม่เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิต และควรให้มาติดต่อดูแลรักษาที่แพทย์ตามนัด

ผู้ป่วยควรได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมเมื่อเกิดอาการ และเนื่องจากอาการหอบทางอารมณ์ มักสัมพันธ์กับความตึงเครียดที่เกิดขึ้น ดังนั้นผู้ป่วยควรได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการรับมือและการแก้ไขสาเหตุของความตึงเครียด รวมทั้งได้รับการดูแลตามจิตใจ เพื่อให้ปรับตัวในการรับมือกับความเครียดได้ดีขึ้น

ในผู้ป่วยที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงดี อาการดังกล่าว จะไม่ได้นำไปสู่โรคอื่น ๆ ที่อันตรายร้ายแรง การพบแพทย์ประจำตัวผู้ป่วยจะได้ประโยชน์ในแง่การได้รับความสะดวกเมื่อไปติดต่อกับทางโรงพยาบาล และในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการมาก ไม่สามารถให้ข้อมูลได้ ผู้ป่วยที่สามารถใช้วิธีการฝึกหายใจให้ช้าลง ในการลดอาการหอบหายใจเร็ว อาจไม่จำเป็นต้องพบอุปกรณใด ๆ แต่หากไม่สามารถใช้วิธีการดังกล่าวได้ อาจพกถุงกระดาษติดตัวเพื่อใช้เวลาเกิดอาการ

อาการหอบไม่อันตราย หากรู้จักวิธีป้องกันตนเอง และให้ข้อมูลการดูแลที่ถูกต้องแก่คนรอบข้าง เพื่อประโยชน์ในช่วงโมงเร่งด่วนหากอาการกำเริบ.

## พญ.ธนิตา หิรัญเทพ

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

ขอบคุณที่มาจาก [เดลินิวส์](#)