คนกินเค็มต้องระวัง "โซเดียมในเลือดสูง"

นำเสนอเมื่อ : 23 มิ.ย. 2565

โซเดียมในเลือดสูง (Hypernatremia) คือ ภาวะที่ร่างกายมีเกลือแร่โซเดียมในเลือดสูงกว่าค่าปกติของห้องปฏิบัติการนั้นๆ ในที่นี้คือสูงกว่า 145 mmol/L (Millimoles/Liter) หรือ 145 mEq/L (Milliequivalent/Litre) ซึ่งค่าปกติจะอยู่ในช่วงประมาณ 135 - 145 mmol/L

- โดยอาการจะปรากฏรุนแรงเมื่อค่าสูงกว่า 157 mmol/L
- ซึ่งถ้าสูงมากกว่า 180 mmol/L ผู้ป่วยจะมีโอกาสเสียชีวิต(ตาย) ได้จากสมองบวมหรือมีเลือดออกในกะโหลกศีรษะ

อนึ่งค่าการตรวจเลือดของแต่ละห้องปฏิบัติการแตกต่างกันได้แต่ไม่มากนัก

โซเดียมในเลือดสูงเป็นภาวะพบได้น้อย พบได้ในทั้ง 2 เพศและในทุกวัย แต่พบได้บ่อยกว่าในเด็กอ่อนและในผู้สูงอายุโดยเฉพาะกลุ่มที่สุขภาพไม่สมบูรณ์

สาเหตุ

สาเหตุของภาวะโซเดียมในเลือดสูงมีได้หลากหลายที่พบได้บ่อยเช่น

- ผู้สูงอายุที่ไม่ค่อยดื่มน้ำหรือผู้สูงอายุที่มีไข้สูง
- เด็กอ่อนที่ดื่มนมแม่เพียงอย่างเดียวและได้น้ำดื่มไม่เพียงพอ
- ผลข้างเคียงจากยาบางชนิดเช่น ยาขับปัสสาวะกลุ่มที่ขับน้ำออกจากร่างกายเป็นส่วนใหญ่ ไม่ค่อยขับโซเดียมออก
- เสียน้ำมากแต่ไม่ค่อยเสียเกลือแร่เช่น ในผู้ป่วยโรคลมแดด หรือผู้ป่วยแผลไฟไหม้รุนแรง (ผู้ป่วยบางรายเกิดภาวะเกลือโซเดียมในเลือดต่ำ)
- ผู้ป่วยท้องเสียจากการสวนอุจจาระ
- ผู้ที่ได้รับอาหารทางสายให้อาหาร
- ได้รับสารอาหารหรือยาทางหลอดเลือดดำต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน
- โรคเบาจืด
- เนื้องอกสมองบางชนิด
- การออกกำลังกายหักโหม เหงื่อออกมากและได้น้ำชดเชยไม่เพียงพอ (บางรายเกิดภาวะโซเดียมในเลือดต่ำ)

อาการ

อาการที่อาจพบได้ในภาวะโซเดียมในเลือดสูงมีได้หลากหลายขึ้นกับสาเหตุด้วย แต่โดยทั่วไปที่พบได้บ่อยเช่น

- กระหายน้ำมาก
- ผิวแห้งมาก ตาแห้ง ปากแห้ง
- ซึม สับสน กระสับกระส่าย
- หัวใจเต้นเร็ว หายใจเร็ว
- ปัสสาวะน้อย
- ปวดศีรษะ

- คลื่นไส้อาเจียน
- ออ่นเพลีย
- กล้ามเนื้ออ่อนแรง กล้ามเนื้อกระตุก
- ชัก

การวินิจฉัย

แพทย์วินิจฉัยภาวะมีโซเดียมในเลือดสูงได้จากประวัติอาการ ประวัติโรคประจำตัว ยาที่กินอยู่ อายุ ปริมาณน้ำดื่มต่อวัน การตรวจร่างกาย และที่สำคัญคือการตรวจเลือดดูค่า/ดูระดับโซเดียม

การรักษา

แนวทางการรักษาภาวะโซเดียมในเลือดสูงคือ
การรักษาตัวภาวะโซเดียมที่สูงให้กลับมาเป็นปกติและการรักษาสาเหตุ

การรักษาภาวะเกลือโซเดียมในเลือดสูงคือ การให้ร่างกายได้รับปริมาณน้ำเพิ่มเติมเช่น จากการดื่มหรือการให้ทางหลอดเลือดดำ และการลดปริมาณโซเดียมจากอาหารและเครื่องดื่มที่บริโภค

ส่วนการรักษาสาเหตุจะแตกต่างกันในแต่ละสาเหตุเช่น รักษาโรคลมแดด การรักษาโรคเบาจืด เป็นต้น

การพยากรณ์โรค

ภาวะโซเดียมในเลือดสูงมีการพยากรณ์โรคที่ไม่ดี โดยเฉพาะเมื่อเกิดในผู้สูงอายุที่อาการรุนแรง ซึ่งมีรายงานอัตราเสียชีวิต (ตาย) ได้ประมาณ 40 - 70%
ทั้งนี้สาเหตุการเสียชีวิตมักเกิดจากผลข้างเคียงจากมีโซเดียมในเลือดสูงที่ส่งผลให้เกิดภาวะมีเลือดออกในสมอง/เลือดออกในกะโหลกศีรษะและ/หรือมีสมองบวม

บรรณานุกรม

1. http://emedicine.medscape.com/article/241094-overview [2015,Oct10]
2. https://en.wikipedia.org/wiki/Hypernatremia [2015,Oct10]
3. http://patient.info/doctor/Hypernatremia.html [2015,Oct10]

โดย ศาสตราจารย์เกียรติคุณ แพทย์หญิง พวงทอง ไกรพิบูลย์

ที่มา haamor.com/โซเดียมในเลือดสูง