

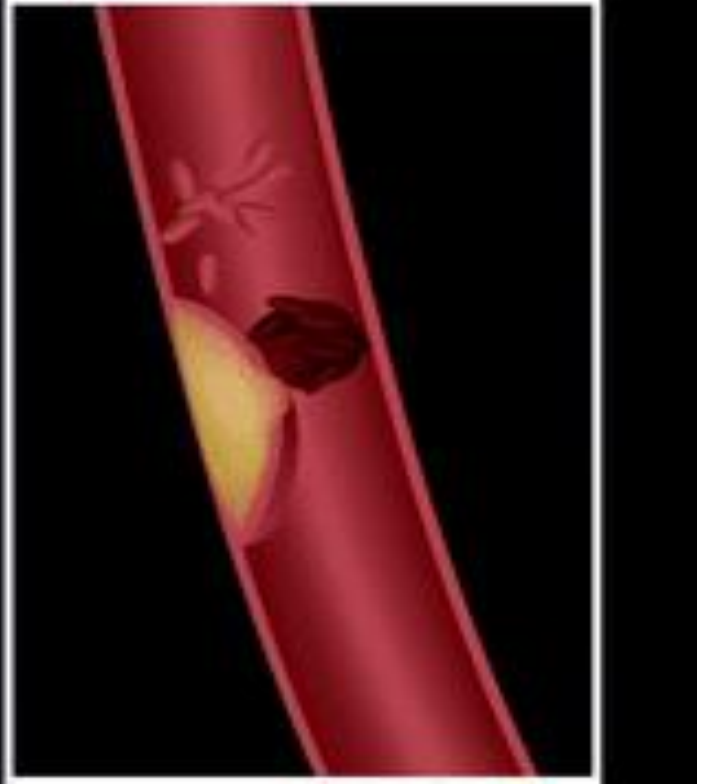
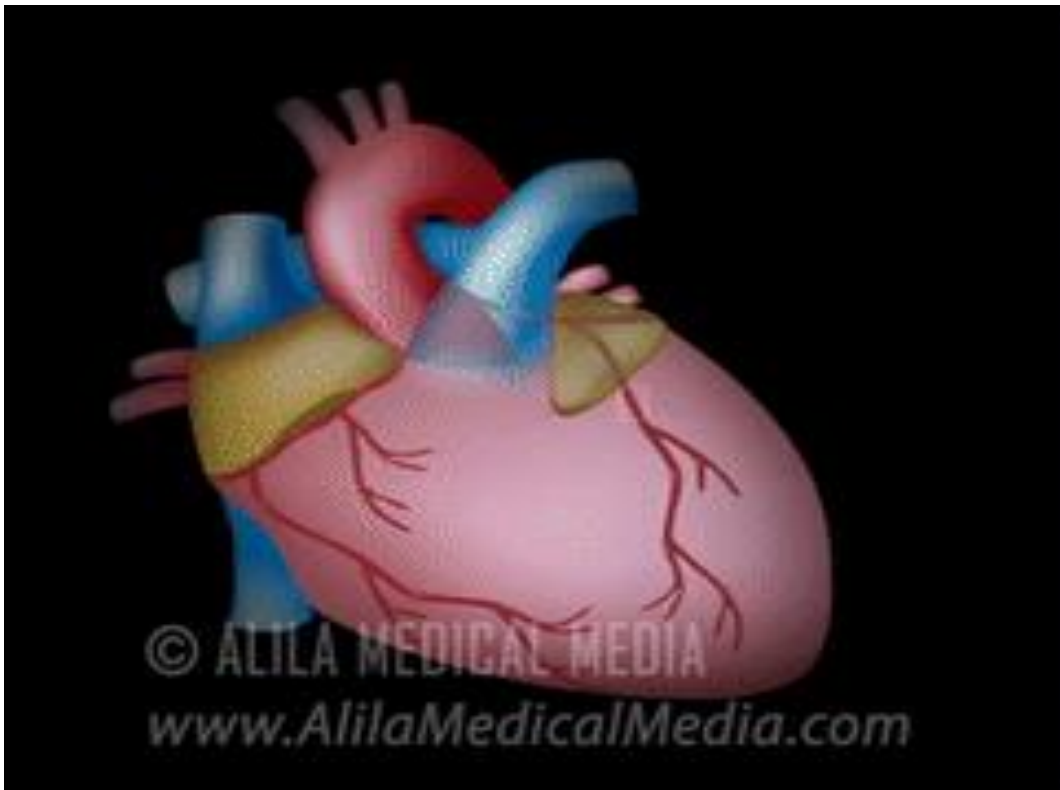
# โรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน



ù þ ċ ¼ àŒ U ÷ 0 ò è æ î ù Å ½ í ĩ

÷ à ò è Ì ÷ Ä ö Ý Õ Ù à Ì Ô

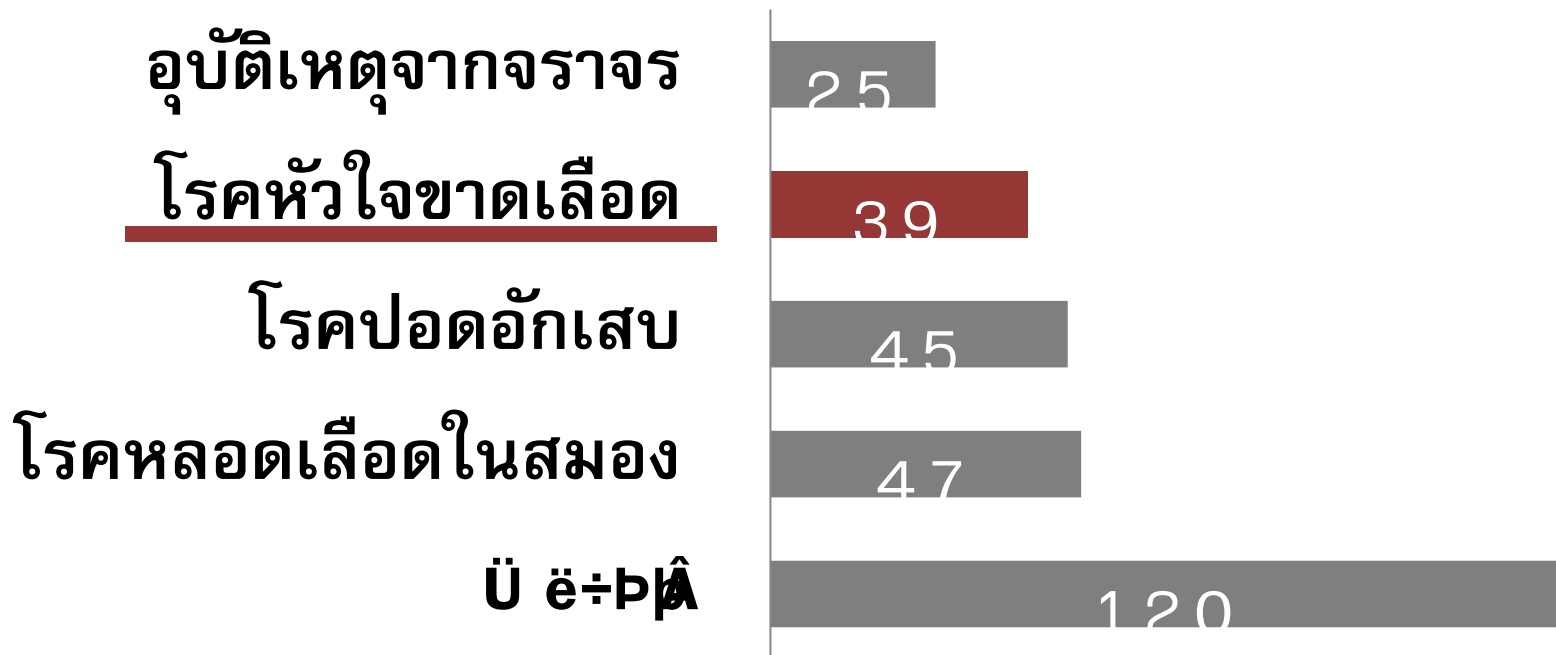
โรคที่หลอดเลือดหัวใจตีบหรือตัน ทำให้ไม่มีเลือดไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจ เป็นผลให้กล้ามเนื้อหัวใจตาย



# โรคนี้มีความสำคัญอย่างไร

อัตราการตาย จำแนกตามสาเหตุ

ต่อประชากร 100,000 คน ประเทศไทย ปี 2561



คนไทยเสียชีวิตจากโรค  
กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด  
ปีละ 2 หมื่นกว่าราย  
เฉลี่ยชั่วโมงละ 2 ราย



โรคหัวใจ  
ขาดเลือด  
ภัยเงียบ  
ใกล้ตัวเรา



ผู้ชาย

เสี่ยงมากกว่า  
ผู้หญิง

สาเหตุ

ควบคุมไม่ได้



- IWF
- อายุ
- พันธุกรรม

ควบคุมได้



ความดันเลือด



เบาหวาน



ไขมัน



น้ำหนักร



# แนวทางการป้องกัน

1



งดสูบบุหรี่

2



งดดื่มสุรา

4



ควบคุมน้ำหนัก

6



หลีกเลี่ยงความเครียด

8



ตรวจสุขภาพประจำปี

3



ผู้ที่มีโรคประจำตัว  
ควรพบแพทย์สม่ำเสมอ

5



มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ  
และออกกำลังกายสม่ำเสมอ

7



ทานอาหารเพื่อสุขภาพ  
ลดหวาน มัน เค็ม

# อาการ...



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control

## หรือ สัญญาณเตือน



**เจ็บหน้าอก  
แบบตื้อๆ หนักรๆ**

อาจมีอาการ  
เจ็บร้าวไปที่แขนซ้าย  
คอ หรือกราม



**เจ็บหน้าอกรุนแรง**

เกิดขึ้นทันทีทันใด  
เจ็บนานกว่า 20 นาที



**มักมีอาการอื่นร่วมด้วย**

เช่น เหนื่อยออก ตัวเย็น  
หน้าซีด คลื่นไส้อาเจียน  
เหนื่อย หายใจลำบาก  
ไข้พอรุนแรงและเร็ว

## ยาอมใต้ลิ้น

(ใช้เฉพาะกรณีมีประวัติ  
รักษาโรคหลอดเลือด  
หัวใจและแพทย์ให้มยาใต้  
ลิ้นเมื่อมีอาการ)

ซึ่งผู้ป่วยจะต้องรู้สึกตัวดี  
หากอมยาใต้ลิ้นแล้วไม่ดีขึ้น  
ควรรีบไปโรงพยาบาลที่ใกล้  
ที่สุดทันที

(ห้ามใช้ยาอมใต้ลิ้นร่วมกับ  
กลุ่มยาไวอากร้า)



เมื่อมีอาการ  
ดังกล่าวจะ  
ต้องทำอะไร



หยุดกิจกรรม  
ที่กำลังทำอยู่



แจ้งญาติหรือ  
เพื่อนร่วมงาน  
รับพาไป  
โรงพยาบาลทันที



หากอยู่คนเดียว โทรศัพท์  
สายด่วน 1669  
เพื่อขอความช่วยเหลือทันที