

เป็นลมหมดสติ อาการธรรมดาแต่อย่าชะล่าใจ



ศูนย์ : ศูนย์อุบัติเหตุและฉุกเฉิน

อาการเป็นลมหมดสติ ใดๆ ก็สามารเป็นได้ทั้งนั้น โดยเฉพาะในวันที่อากาศร้อนอบอ้าว แต่อย่าเพิ่งชะล่าใจไป เพราะยังมีอีกหลายสาเหตุที่ทำให้เป็นลมหมดสติได้ ซึ่งหากเกิดเหตุการณ์เหล่านี้กับคนใกล้ตัวคุณ จะช่วยปฐมพยาบาลเบื้องต้นอย่างไร และอาการร้ายแรงถึงขั้นไหนจึงต้องพาส่งโรงพยาบาล ไปหาคำตอบกันได้เลย

สาเหตุของการเป็นลมหมดสติ

1. **เป็นลมธรรมดา** เป็นชนิดที่พบได้บ่อยที่สุด โดยส่วนใหญ่แล้วคนที่เป็นลมแบบนี้มักอยู่ในที่แออัด หรืออากาศร้อนอบอ้าว อดนอน หิวข้าว ร่างกายเหนื่อยล้า หรือยืนนานๆ บางคนอาจมีอารมณ์เครียด กลัว ตกใจ หรือกลัวเจ็บ

2. เป็นลมเนื่องจากกิริยาบางอย่าง เช่น ขณะกลืนอาหาร ไอรุนแรง เบ่งถ่ายปัสสาวะหรืออุจจาระ หลังกินอาหาร หันคอ โกงหนด (ด้วยเครื่องโกงหนดไฟฟ้า) ใส่เสื้อคอคับ เป็นต้น
3. เป็นลมเนื่องจากความดันเลือดต่ำ เมื่อผู้ป่วยลุกขึ้นยืนจะมีอาการหน้ามืดเป็นลมทันที มักพบในคนสูงอายุ ผู้ที่เป็นเบาหวานหรือโรคพิษสุราเรื้อรัง ผู้ที่กินยารักษาโรคความดันเลือดสูงหรือโรคหัวใจ ผู้ที่มีภาวะตกเลือด (มีเลือดออก ถ่ายอุจจาระดำ ประจำเดือนออกมาก) หรือมีภาวะขาดน้ำ เช่น ท้องเดิน มีไข้
4. เป็นลมเนื่องจากโรคหัวใจ เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน โรคหัวใจล้มเหลว โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ เป็นต้น ซึ่งจัดว่าเป็นภาวะที่ร้ายแรง และมักพบในผู้สูงอายุ
5. เป็นลมเนื่องจากโรคหลอดเลือดสมอง เช่น หลอดเลือดสมองตีบ เลือดออกในสมอง

อาการเป็นลม หหมดสติ

- ผู้ที่เป็นลมธรรมดา มักจะมีอาการ รู้สึกใจหวิว ทรงตัวไม่ไหว และหมดสติอยู่นานเพียงไม่กี่วินาที ถึง 1-2 นาที แล้วก็ฟื้นคืนสติได้เอง บางคนก่อนจะเป็นลม อาจมีอาการเตือนล่วงหน้า เช่น หน้ามืด ตาโคลงเคลง มองเห็นภาพเป็นจุดดำหรือตามัวลง มีเสียงดังในหู อยู่นาน 2-3 นาที แล้วก็เป็นลมพับไป
- ผู้ที่เป็นลมเนื่องจากกิริยาบางอย่าง จะมีเหตุกระตุ้นชัดเจนก่อนจะเป็นลม เช่น ขณะกลืนอาหาร เบ่งถ่าย หันคอ เป็นต้น
- ผู้ที่เป็นลมเนื่องจากความดันเลือดต่ำในท่ายืน จะมีอาการหน้ามืดเป็นลมทันทีที่ลุกขึ้นยืน
- ผู้ที่เป็นลมเนื่องจากโรคหัวใจ มักจะมีอาการเป็นลมโดยไม่มีอาการเตือนล่วงหน้า หรือเป็นลมขณะใช้แรง เช่น ยกของ ทำงานหนัก ผู้ป่วยมักมีอาการใจสั่น เจ็บหน้าอกหรือหายใจหอบเหนื่อยร่วมด้วย
- ผู้ที่เป็นลมเนื่องจากโรคหลอดเลือดสมอง มักจะมีอาการปวดศีรษะ วิงเวียน ตาเห็นภาพซ้อน พูดอ้อแอ้ กลืนลำบาก เดินเซ แขนขาชาหรืออ่อนแรงร่วมด้วย

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

- จับผู้ป่วยนอนศีรษะต่ำ ปลดเสื้อผ้าและเข็มขัดให้หลวม
- ห้ามคนมุงดู เพื่อให้อากาศถ่ายเทสะดวก
- ใช้ผ้าเย็นๆ เช็ดตามหน้า คอและแขนขา
- ขณะที่ยังไม่ฟื้นห้ามให้น้ำและอาหารทางปาก
- เมื่อเริ่มรู้สึกตัว อย่าให้ผู้ป่วยลุกขึ้นนั่งทันที ควรให้พักต่ออีกสัก 15-20 นาที
- เมื่อผู้ป่วยฟื้นคืนสติดีแล้วและเริ่มกลืนได้ อาจให้ผู้ป่วยดื่มน้ำหรือให้ดื่มน้ำหวาน

เมื่อใดควรนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

- ผู้ป่วยไม่ฟื้นภายใน 15 นาที
- ผู้ป่วยมีอายุมากกว่า 30 ปี มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันเลือดสูง ไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจ เป็นต้น
- มีอาการเจ็บหน้าอก ใจสั่น หายใจหอบเหนื่อย ปวดท้อง ปวดหลัง ปวดศีรษะ วิงเวียน ตาเห็นภาพซ้อน พูดอ้อแอ้ กลืนลำบาก เดินเซ หรือแขนขา หรืออ่อนแรง
- มีอาการตกเลือด เช่น อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระดำ มีบาดแผลเลือดออก เป็นต้น
- มีภาวะขาดน้ำ อาเจียนรุนแรง ท้องเดินรุนแรงหรือไข้สูง