

หลังทำบอลลูนหัวใจ ต้องปฏิบัติตัวอย่างไรให้ปลอดภัย



ศูนย์ : ศูนย์หัวใจ

บทความโดยแพทย์ : พญ. พัชรีย์ ภาวสุทธิกุล

โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ เป็นโรคหัวใจที่เกิดจากไขมันสะสมในผนังหลอดเลือด ทำให้เนื้อเยื่อผนังหลอดเลือดชั้นในหนาตัว

ส่งผลให้เลือดไหลไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจไม่เพียงพอ จนเกิดภาวะกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด ทำให้มีอาการเจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก และอาจเกิดภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลันทำให้เสียชีวิตกะทันหันได้ ซึ่งแนวทางการรักษาในปัจจุบัน โดยวิธีการขยายหลอดเลือดหัวใจ (Angioplasty) ถือเป็นอีกทางเลือกในการรักษาโรคหลอดเลือดหัวใจตีบที่มีประสิทธิภาพ

การทำบอลลูนหัวใจ หรือ การขยายหลอดเลือดหัวใจด้วยบอลลูน (Balloon Angioplasty) ถือว่าเป็นการรักษาที่นิยมมาก เมื่อมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนต่ำ ใช้เวลาเฉลี่ย 1-2 วัน ก็สามารถกลับไปใช้ชีวิตได้เป็นปกติ โดยไม่ต้องกังวลกับอาการภาวะกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด แต่เพื่อให้ผู้ป่วยที่ได้รับการทำบอลลูนหัวใจสามารถกลับไปใช้ชีวิตได้เป็นปกติอย่างปลอดภัยและถูกต้อง การปฏิบัติตัวหลัง

## การปฏิบัติตัวหลังทำบอลลูนหัวใจเมื่ออยู่ที่โรงพยาบาล

การปฏิบัติตัวหลังทำบอลลูนหัวใจนั้นเป็นสิ่งสำคัญเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้ ควรปฏิบัติดังนี้

1. ต้องนอนราบอย่างน้อยประมาณ 6 – 10 ชั่วโมง หลังทำการตรวจสวนหัวใจ
  - กรณีทำการฉีดสีผ่านขาหนีบ หลังจากทำเสร็จจะดึงสายสวนออก และกดบริเวณขาหนีบประมาณ 15 นาที โดยต้องนอนราบไม่ได้ 6-10 ชั่วโมง ไม่สามารถลุกนั่ง หรือเดินได้ในทันที
  - กรณีทำการฉีดสีผ่านข้อมือ วิธีนี้จะเหมาะกับผู้ป่วยที่มีน้ำหนักตัวมาก อ้วนมาก หรือมีภาวะหลอดเลือดขาส่วนล่างตีบ หลังจากทำเสร็จสามารถลุก นั่ง หรือยืนได้ในทันที มีเพียงสายรัดข้อมือ (TR band) ใส่ไว้ แต่ไม่นานก็สามารถถอดออกได้
2. ระหว่างนี้ควรดื่มน้ำ ประมาณ 1 ลิตร หากไม่มีข้อจำกัดเรื่องน้ำดื่ม เพื่อขับสารทึบรังสี
3. สังเกตแผลตำแหน่งบริเวณที่ทำหัตถการ หากมีเลือดไหล ปวด บวม แดงร้อน หรือเย็น ชีบ เป็นก้อน ให้แจ้งพยาบาลทันที
4. ถ้าปวดแผลบริเวณที่ทำหัตถการ สามารถรับประทานยาแก้ปวดได้ หรือปรึกษาแพทย์ก่อน

## การปฏิบัติตัวหลังทำบอลลูนหัวใจเมื่อกลับไปอยู่บ้าน

1. รับประทานยาอย่างต่อเนื่อง เช่น ยาต้านเกล็ดเลือด เป็นต้น โดยไม่ควรหยุดยาเอง พร้อมสังเกตอาการผิดปกติ เช่น เลือดออกผิดปกติ
2. ดูแลแผลตำแหน่งที่ทำหัตถการอย่าโดนน้ำประมาณ 3 วัน หรือหากโดนให้ใช้เบตาดีนเช็ดบริเวณแผล
3. งดออกกำลังกายหนัก งดการขับรถเอง หรือใช้แรงมากในช่วง 2 สัปดาห์แรก
4. หลังจาก 2 สัปดาห์ สามารถออกกำลังกายให้ถึงระดับเหนื่อยพอควรได้ วันละอย่างน้อยครึ่งชั่วโมง/สัปดาห์ และไม่นั่งพักนานเกินไป
5. ห้ามยกของหนักเกิน 5 กิโลกรัม ประมาณ 1 เดือน หลังทำหัตถการตรวจสวนหัวใจ
6. หากไอหรือเบ่ง ให้กดบริเวณแผลไว้ หลังทำหัตถการตรวจสวนหัวใจ ประมาณ 7 สัปดาห์ (ในกรณีทำบริเวณขาหนีบ)
7. ในระยะแรก กิจกรรมประจำวันอาจทำให้เหนื่อยง่ายได้ ดังนั้นควรพักผ่อนครั้งละ 20-30 นาที วันละ 2 ครั้ง ในเวลากลางวัน และพยายามนอนหลับให้ได้ 8-10 ชั่วโมง
8. หลีกเลี่ยงอาหารบางชนิดเพื่อไม่ให้เกิดการตีบซ้ำของหลอดเลือดหัวใจในอนาคต ได้แก่
  - หลีกเลี่ยงอาหารที่ทำให้คอเลสเตอรอลในเลือดสูง เช่น ไข่แดง เครื่องในสัตว์ อาหารทะเล เป็นต้น
  - หลีกเลี่ยงอาหารที่ทำให้น้ำตาลในเลือดสูง เช่น ข้าวเหนียวทุเรียน ทองหยิบ ทองหยอด ทุเรียน ลำไย เป็นต้น

- ควรลด ซา กาแฟ และน้ำอัดลม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

9. ควรรับประทานผักทุกชนิด ผลไม้ที่ไม่มีรสหวานจัด เช่น มะละกอ พุทรา แอปเปิ้ล ฝรั่ง เป็นต้น
10. เลิกสูบบุหรี่อย่างถาวร
11. ปรับการดำเนินชีวิตประจำวันให้เหมาะสม มีเวลาพักผ่อนพอเพียง และจัดการความเครียดอย่างเหมาะสม
12. ควรกลับไปพบแพทย์ตามนัดทุกครั้งเพื่อเฝ้าดูอาการ และติดตามผลการรักษาของหลอดเลือดหัวใจ

## อาการผิดปกติที่ควรมาพบแพทย์

1. มีอาการวิงเวียนศีรษะ หายใจติดขัด หัวใจเต้นเร็ว คลื่นไส้ ปวดหลัง
2. มีอาการแน่นหน้าอกทันทีเมื่อพัก และอมยาแก้อาการแล้วไม่หาย
3. บริเวณที่ใส่สายมีเลือดออก หรือบวม
4. มีอาการแสดงว่าติดเชื้อ เช่น แผลแดง มีน้ำเหลือง มีไข้ เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม การทำบอลลูนหัวใจ เป็นการรักษาที่สามารถทำให้ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจตีบกลับมาใช้ชีวิตที่เป็นปกติได้ แต่ทั้งนี้ผู้ป่วยก็ต้องดูแลร่างกายตัวเองให้ดีอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสการตีบตันซ้ำที่อาจเกิดขึ้นได้ในอนาคต



.

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์  
ไม่เสียค่าใช้จ่าย