

ชักให้ชั่วคราว แค่หลงลืมตามวัยทั่วไป หรือ ภาวะสมองเสื่อม



ศูนย์ : ศูนย์สมองและระบบประสาท
บทความโดยแพทย์ : พญ. รุ่งทิพย์ ชัยธีรกิจ

หลายๆ คน มีอาการหลงลืมในบางเรื่อง ที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน ส่วนมากอาจเป็นการเดินไปหยิบอะไรสักอย่าง แต่เมื่อถึงที่แล้วกลับนึกไม่ออกว่าจะหยิบอะไร นั่นเรียกว่าอาการหลงลืมทั่วไป ซึ่งอาจเป็นเรื่องธรรมดา แต่ในบางครั้งบางอาการก็อาจเป็นสัญญาณที่ไม่ใช่เพียงแค่อาการหลงลืมปกติที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน แต่เป็นอาการที่เป็นผลมาจากภาวะสมองเสื่อม ซึ่งสามารถส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน พฤติกรรม บุคลิกภาพและอารมณ์ รวมถึงคนในครอบครัว และคนรอบข้างอีกด้วย

หลงลืมตามวัยกับหลงลืมจากภาวะสมองเสื่อม
หลงลืมตามวัย

อาการหลงลืม พบได้บ่อยเมื่ออายุมากขึ้น แต่ปัจจุบันสามารถพบได้ในวัยรุ่น และวัยทำงานที่ต้องทำหลายอย่างพร้อมๆ กัน เมื่อรับข้อมูลอะไรมาๆ เขามาพร้อมกัน บางทีสมองก็ไม่ได้ใส่ใจ และไม่ตั้งใจดีสิ่งนั้นๆ เพื่อนำมาเก็บไว้ในหน่วยความทรงจำ เนื่องจากไม่ได้มีการบันทึกความจำตั้งแต่แรก เมื่อถึงเวลาที่ต้องการเรียกข้อมูลออกมาใช้จึงทำไม่สำเร็จ ซึ่งก็ทำให้ลืมสิ่งนั้นๆ ไป หากสมองได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ ก็สามารถทำงานได้ตามปกติ สำหรับผู้สูงอายุ สมองที่ทำงานมานานหลายปี จะมีความเสื่อมซึ่งเกิดขึ้นตามวัย เช่น การเก็บกุญแจรถไว้ในลิ้นชักซึ่งเป็นทีประจำ แต่บังเอิญครั้งนี้ไปเก็บไว้ในกระเป๋าโดยไม่ตั้งใจ เมื่อถึงเวลาจะใช้จึงไปหาในลิ้นชักที่เคยเก็บเป็นประจำตามความเคยชิน เป็นต้น ซึ่งก็เป็นอาการหลงลืมตามวัยทั่วไป ไม่ใช่เรื่องที่ผิดปกติอะไร

หลงลืมจากภาวะสมองเสื่อม

อาการหลงลืมที่มาจากภาวะสมองเสื่อม มักจะเป็นการหลงลืมเหตุการณ์ช่วงเวลายาวๆ ไปทั้งช่วง จำไม่ได้เลยว่ามีเหตุการณ์เกิดขึ้น นี่ก็อย่างไกรก็นึกไม่ออก หรือลืมแล้วลืมเลย ลืมแม้กระทั่งทักษะการใช้เครื่องมือในชีวิตประจำวัน หรืออาจจะถึงกับลืมชื่อคนในครอบครัว เช่น กรณีที่ผู้สูงอายุที่เคยถอดสร้อยคอตัวเองให้ลูกชาย เพื่อรับขวัญลูกสะใภ้ แต่พอมาเจอกันภายหลังกลับถามลูกสะใภ้ว่า “สร้อยคอฉันไปอยู่กับเธอได้อย่างไร” นี่เป็นการลืมเหตุการณ์ไปทั้งช่วง ที่แสดงถึงความผิดปกติที่เกิดขึ้น แบบนี้อาจเป็นไปได้ว่าอาการหลงลืมดังกล่าวอาจเป็นสัญญาณเริ่มต้นของภาวะสมองเสื่อม

ความแตกต่างระหว่างหลงลืมตามวัยกับภาวะสมองเสื่อม

อาการหลงลืมจะผิดปกติหรือไม่ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์ที่ลืมว่าเป็นเหตุการณ์ในช่วงเวลาสั้นๆ หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลายาวๆ และมีอาการอื่นๆ ร่วมด้วยหรือไม่ ดังนี้

ผู้สูงอายุหลงลืมตามวัย

- สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ปกติ
- จะบอกว่าตนเองความจำไม่ดี แต่สามารถบอกได้ว่าลืมอะไร
- มีความกังวลเกี่ยวกับความทรงจำของตนเอง
- จำเรื่องราวสำคัญได้แต่ บางครั้งอาจใช้เวลาเล็กน้อย
- บางครั้งนึกคำที่จะพูดไม่ได้
- ไม่หลงทางในสถานที่ที่คุ้นเคย บางครั้งอาจใช้เวลาเล็กน้อย
- ใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ทั่วไปได้ และเรียนรู้การใช้อุปกรณ์ใหม่ๆ ได้

ผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

- ต้องให้ผู้อื่นช่วยทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ
- ไม่สามารถนึกออกว่าตนเองลืมอะไร
- ครอบครัวมีความกังวลเกี่ยวกับความจำของผู้ป่วยมากกว่
- ความจำระยะสั้นแย่งลง ลืมเหตุการณ์สำคัญไปทั้งช่วง และความสามารถในการสนทนา
- เรียกชื่อสิ่งของผิด เช่น เรียกช้อนเป็นส้อมแทน
- หลงทางในสถานที่ที่คุ้นเคยในขณะที่เดิน หรือ ขับรถ
- ไม่สามารถใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ทั่วไปได้ และไม่สามารถเรียนรู้วิธีการใช้อุปกรณ์ใหม่ๆ ได้
- ขาดความสนใจในการเข้าสังคม และแสดงพฤติกรรมที่ไม่

- มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ปกติ

ส่งผลกระทบต่อการทำงานประจำวัน

ภาวะสมองเสื่อมเป็นอย่างไร เกิดจากสาเหตุใด

ภาวะสมองเสื่อม (Dementia Syndrome)

เป็นความถดถอยในการทำงานของสมองซึ่งเกิดจากการสูญเสียเซลล์สมองบางส่วนซึ่งพบได้ในผู้สูงอายุ โดยเริ่มจากส่วนใดส่วนหนึ่งในการทำงานของสมองขั้นสูง 6 ด้าน คือ ด้านสมาธิ ด้านการคิด ตัดสินใจ และการวางแผน ด้านความจำ ด้านการใช้ภาษา ด้านมิติสัมพันธ์ ด้านการเข้าสังคม ถ้าหากการทำงานของสมอง 1 ใน 6 ด้าน อย่างใดอย่างหนึ่งสูญเสียการทำงานไปหรือเสื่อมมากถึงระดับที่ส่งผลกระทบต่อการทำงานประจำวันของผู้ป่วย

โดยสามารถแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ ตามสาเหตุ ได้แก่ กลุ่มที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ เช่น โรคอัลไซเมอร์ เป็นสาเหตุหนึ่งของโรคสมองเสื่อมที่พบมากที่สุด และ กลุ่มที่รักษาให้ดีขึ้นได้ เช่น

ภาวะสมองเสื่อมที่เกิดจากการทำงานของต่อมไทรอยด์ผิดปกติ หรือเกิดจากการมีน้ำคั่งในโพรงสมองมากกว่าปกติ หรือเกิดจากการมีเลือดออกในเยื่อหุ้มสมอง

การวินิจฉัยอาการหลังล้มจากภาวะสมองเสื่อม

แพทย์จะวินิจฉัยอาการหลังล้มจากภาวะสมองเสื่อม ได้ดังนี้

1. การซักประวัติจากผู้ป่วย ญาติ หรือผู้ดูแลที่สามารถให้ข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับความสามารถในชีวิตประจำวัน และพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความถดถอยในการทำงานของสมอง
2. การทดสอบทางสมอง เพื่อวัดสมรรถภาพการทำงานประเมินความบกพร่องในการรับรู้เพื่อใช้วินิจฉัยโรค เช่น ให้ทำแบบทดสอบกระดาษหน้าเดียวที่มีคำถามเกี่ยวกับความรู้ทั่วไป ทักษะสมอง คิดเลข
3. การตรวจร่างกายและเลือกการส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการที่เหมาะสม เพื่อให้การวินิจฉัยแยกโรคที่ถูกต้องว่าผู้ป่วยเป็นโรคสมองเสื่อมหรือไม่ และมีสาเหตุจากอะไร โดยการตรวจในห้องปฏิบัติการจะประกอบไปด้วย การตรวจเลือดต่างๆ การตรวจภาพสมองด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า Magnetic Resonance Imaging (MRI)

แนวทางการรักษาภาวะสมองเสื่อม

การรักษานั้นขึ้นอยู่กับสาเหตุเป็นหลัก โดยแบ่งเป็น 2 แบบ ได้แก่

1. ผู้ป่วยที่ภาวะสมองเสื่อมเกิดจากความเสื่อมของเซลล์ประสาทหรือเกิดจากโรคอัลไซเมอร์นั้น การรักษาจะประกอบด้วยการให้ยาที่ทำให้อาการของผู้ป่วยดีขึ้นและชะลอการดำเนินโรคให้ช้าลง

ซึ่งมักจะได้ผลกับผู้ป่วยในระยะเริ่มแรก ร่วมกับการให้ยารักษาอารมณ์และพฤติกรรมที่ผิดปกติในผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง การกระตุ้นสมองด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า/กระแสไฟฟ้าอย่างอ่อน (Transcranial Magnetic Stimulation (TMS) / Transcranial Direct Current Stimulation (TDCS)) เพิ่มความจำและความสามารถของสมอง เป็นต้น

2. ผู้ป่วยที่มีภาวะสมองเสื่อมเกิดจากสาเหตุอื่นๆ ที่ไม่ได้เกิดจากความเสื่อมของเซลล์ประสาทนั้น จะเป็นการรักษาสาเหตุของโรคเป็นหลัก

หากผู้สูงอายุ หรือคนใกล้ชิดในครอบครัว เริ่มมีอาการหลงลืม และไม่แน่ใจว่าจะเป็นภาวะสมองเสื่อมหรือ ควรมาพบแพทย์เฉพาะทางด้านสมองและระบบประสาท เพื่อตรวจวินิจฉัยและวางแผนรักษาป้องกันอย่า

พญ. รุ่งทิพย์ ชัย

ประสาท

ศูนย์สมองและระบบประสาท

.

นัดหมาย

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย