

ความรู้เรื่อง

สมองเสื่อม

สำหรับประชาชน

พญ. สิรินทร ฉันทศิริกาญจน
เวชศาสตร์ผู้สูงอายุ อายุรศาสตร์
โรงพยาบาลรามารินทร์

กาญจน
รามารินทร์



สมาคมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม (ประเทศไทย)

The Alzheimer's and Related Disorders Association (ARDA)

114 ซอยปิ่นนคร 4 ถ.บรมราชชนนี ต.ลี้ซำคัน กทม. 10170 โทร. (02) 880-7538-9, 880-8542 โทรสาร (02) 880-7244

สารบัญ



| | |
|--|----|
| ความรู้เรื่องสมองเสื่อม | 1 |
| นอกจากความสามารถของสมองบกพร่องกว่าที่เคยเป็น ผู้ป่วยสมองเสื่อมมีอาการอื่นอีกไหม | 5 |
| พออายุมากต้องเป็นสมองเสื่อมไหม | 6 |
| คนสูงอายุที่เปลี่ยน ซึ่ลึกกว่าตอนหนุ่มสาว ต่อไปจะกลายเป็นสมองเสื่อมหรือไม่ | 6 |
| จะอย่างไรจึงจะรู้ว่าคนสูงอายุซึ่ลึกคนไหนจะเป็นสมองเสื่อม และคนไหนจะไม่เป็น .. | 7 |
| เจาะเลือดจะช่วยให้ไหม | 7 |
| สมองเสื่อมคือโรคอัลไซเมอร์ใช่ไหม ได้ยินคนพูดถึงโรคอัลไซเมอร์กันบ่อย ๆ | 8 |
| โรคอัลไซเมอร์รักษาได้ไหม | 9 |
| หมอจะใช้ยาอย่างไร | 10 |
| อาการข้างเคียงของยาที่พบบ่อย มีอะไรบ้าง | 11 |
| สมองเสื่อมเกิดจากสาเหตุอะไรบ้าง | 13 |
| ถ้าสงสัยว่าเป็นสมองเสื่อมจะทราบได้อย่างไร | 19 |
| สมองเสื่อมรักษาได้หรือไม่ | 21 |
| จะเป็นสมองเสื่อมตั้งแต่อายุเท่าไร | 22 |
| ถ้าตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมองอย่างเดียว จะบอกได้หรือไม่ว่ามีภาวะสมองเสื่อม ... | 23 |
| เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ปกติ จะเป็นสมองเสื่อมไหม | 24 |
| มีญาติเป็นอัลไซเมอร์ลูกหลานจะเป็นด้วยไหม เจาะเลือดจะทราบไหม | 24 |
| ผู้ป่วยสมองเสื่อมเมื่อป่วยแล้วจะมีชีวิตอยู่ได้อีกนานเท่าไร | 25 |
| จะดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมอย่างไร | 27 |
| ได้ยินว่ามียาช่วยในเรื่องความจำของผู้ป่วยสมองเสื่อม จริงไหม | 28 |
| ยาทำให้ความจำของคนไข้กลับมาเป็นปกติได้ไหม | 28 |
| ยาที่ช่วยเรื่องความจำนี้ออกฤทธิ์อย่างไร | 28 |
| คนปกติจะเอายามากินเพื่อป้องกันสมองเสื่อมได้ไหม | 29 |
| คนไข้สมองเสื่อมพวกไหนจะใช้ยากลุ่มลดการทำลายสารสื่อประสาทได้ผล | 30 |

ความรู้เรื่อง

ส่องส่อง

สำหรับประชาชน

พญ. สิรินทร ฉันทศิริกาญจน
เวชศาสตร์ผู้สูงอายุ อายุรศาสตร์
โรงพยาบาลรามารินทร์





สมองเสื่อม

ความรู้เรื่องสมองเสื่อม

สมองเสื่อมคืออะไร

สมองเสื่อมกับขี้ลืมเหมือนกันหรือไม่

สมองเสื่อมเป็นความผิดปกติที่สมองทำงานด้อยลงจากเดิมจนมีผลกระทบต่อการทำงานหรือการใช้ชีวิตของบุคคลนั้นๆ สมองเสื่อมทำให้ความรอบรู้ ความเฉลียวฉลาด ความคิด การตัดสินใจเปลี่ยนแปลงไปในทางเลวลง จากที่เคยเรียนรู้ได้ จำได้ รู้ว่าของสิ่งนี้ต้องทำอะไร คนนี้เราเคยรู้จักว่าเขาเป็นใคร ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้สะสมประสบการณ์มาจากอดีตกลายเป็นจำไม่ได้ ทำไม่เป็น ไม่รู้จักกลางวันกลางคืน ไม่รู้ว่าตอนนี้ตนเองอยู่ที่ไหน มาได้อย่างไร สับสน เรียกลูกเป็นน้องสาวที่เคยอยู่กับมา เป็นต้น คำว่าเสื่อมนั้นแปลว่าของเดิม ด้อยด้อยुक่อนแล้ว ต่อมาเห็นได้ชัดเจนว่ามีการเสื่อมถอยลงจึงจะเรียกว่าเป็นสมองเสื่อม การเปลี่ยนแปลงของสมองนี้จะต้องพึงเกิดขึ้นในระยะหลังไม่ได้เป็นมาตั้งแต่กำเนิด ถ้าสมองนั้นทำงานไม่ได้หรือไม่สามารถที่จะเรียนรู้อะไรได้ตั้งแต่เกิดเราเรียกว่าปัญญาอ่อน ซึ่งจะพบในเด็ก ๆ

สมองเสื่อมกับขี้ลืมเหมือนกันไหม ไม่เหมือนกันทีเดียว สมองเสื่อมนั้นหมายถึงการทำงานของสมองเสียหาย เปลี่ยนแปลงเลวลงทุก ๆ ความสามารถของสมอง สมองเรานั้นมีความสามารถหลายอย่างไม่ใช่เฉพาะเรื่องความจำอย่างเดียวเท่านั้น สมองสามารถจะรับรู้เกี่ยวกับสภาวะรอบตัว เช่น ถ้ามองเห็นท้องฟ้า

มีดมัวก็รับรู้ว่าจะมีฝนตกในอีกไม่ช้านี้ ถ้าเห็นคนเดินไปมา
ขวักไขว่ก็ทราบว่าจะตรงบริเวณนี้น่าจะมีงานพิธีอะไรสักอย่างหนึ่ง
ถ้าเห็นวารถจอดอยู่นานไม่ขยับเขยื้อนก็คาดเดาว่าขณะนี้ น่าจะ
มีปัญหาการจราจรอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น อันนี้เรียกว่า การ
รับรู้ของสมอง นอกจากนี้สมองยังทำให้เรามีการรู้จักใช้ความคิด
มีเหตุผล จะทำอะไร จะไปหรือไม่ไป เพราะอะไร สมองทำให้
เรามีจินตนาการ คิดว่าถ้าเราจะไปงานนั้น เราจะแต่งตัวอย่างไร
เราจะเตรียมการอย่างไร แล้วผลลัพธ์น่าจะเป็นอย่างไร สมอง
ทำให้เราคิดและตัดสินใจว่าของอย่างนี้ควรทำหรือไม่อย่างไร



สิ่งต่างๆ เหล่านี้ซึ่งได้แก่ การรับรู้ ความจำ เหตุผล
จินตนาการ ความคิด การตัดสินใจ ต่างเป็นความ
สามารถหรือความรอบรู้ของสมอง ซึ่งสั่งสมมา
จากประสบการณ์ในหนก่อน เมื่อผู้ป่วยมีภาวะ
สมองเสื่อม ความสามารถเหล่านี้จะเปลี่ยนแปลง
เลวลงทั้งหมด บางอย่างเลวลงมาก บางอย่างอาจ

จะไม่เลวลงนักแต่เปลี่ยนจากเดิม และการเปลี่ยนแปลงนี้จะมาก
ขึ้นเรื่อย ๆ อาจจะมีการเปลี่ยนแปลงเห็นได้ชัดในบางวันมากกว่า
บางวัน เช่น บางวันดูเหมือนรู้เรื่องเข้าใจเหตุผลดี แต่บางวัน
ดูเหมือนแยกว่าวันก่อน ๆ ที่ผ่านมา การที่การทำงานของสมองนั้น
มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างนี้และเป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยที่ไม่เกิด
ขึ้นในช่วงที่คนไข้มีความเจ็บป่วยได้รับอุบัติเหตุหรือมีความทุกข์
เราเรียกว่าเป็นสมองเสื่อม ส่วนเรื่องซีลิมนั้นจะพบความผิดปกติ
เรื่องความจำเท่านั้นคือจำไม่ค่อยได้ ส่วนความสามารถอื่นๆ
ของสมอง เช่น เรื่องการรับรู้ เหตุผล จินตนาการ จะอยู่ในเกณฑ์
ปกติ ถ้ามีเหตุการณ์เกิดขึ้นก็จะคิดและตัดสินใจได้ดี ซึ่งจะต่าง

กับคนใช้สมองเสื่อม ซึ่งไม่อาจจะคิดและตัดสินใจได้ต้องหันไปถามญาติทุกครั้งที่พบคำถามที่จะต้องตัดสินใจ ลักษณะความขี้ลืมของคนทั่วไปส่วนใหญ่เกิดขึ้นเนื่องจากความรีบร้อนหรือบางครั้งมีเรื่องมาดึงความสนใจไปในขณะที่ทำกิจกรรมนั้น เช่น บางคนลืมกุญแจรถไว้ในรถ ลืมคูปรถแล้วเดินไปนานหรือบางทีทั้งวัน พอจะกลับไปขึ้นรถอีกครั้งจึงนึกขึ้นได้ว่าเราไม่มีกุญแจรถ เมื่อคิดย้อนกลับไปก็นึกได้ว่าในตอนเช้าก่อนที่จะลงรถนั้นมีคนมาพูดด้วยก็ได้สนทนากับเขา ในขณะเดียวกัน ตนเองก็รีบร้อนที่จะไปปฏิบัติภารกิจประจำวัน หยิบของที่เตรียมไว้แล้วก็ออกจากรถ พลังสนทนาไปด้วย จิตใจไม่ได้จดจ่ออยู่กับการปิดรถ ลืมคูปรถแต่จดจ่ออยู่กับเรื่องที่สนทนาและเรื่องที่กำลังจะไปทำจึงปิดรถไปโดยอัตโนมัติ ไม่ได้คิดว่ากำลังทำอะไรหรือจะต้องทำอะไรบ้าง จึงเกิดเหตุการณ์กรณีทั้งกุญแจไว้ในรถขึ้น บางทีถือกุญแจมาแล้วไม่ทราบว่าจะไปวางที่ไหน หาแว่นตาไม่เจอ ลืมชื่อคนที่รู้จักแต่ไม่ได้พบมาแล้วนาน ๆ ซึ่งลักษณะการลืมอย่างนี้เกิดขึ้นได้ในบุคคลทั่ว ๆ ไป แต่การลืมในคนใช้สมองเสื่อมนั้น จะลืมกิจกรรมนั้นทั้งกิจกรรม โดยเป็นเหตุการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้นไม่นานและกิจกรรมนั้นกินเวลานานพอสมควร เช่น ผู้ป่วยสมองเสื่อมอาจจะอุ่นอาหารไว้บนเตาแก๊สแล้วเดินไปรับโทรศัพท์ จนอาหารนั้นไหม้มีควันมีกลิ่นออกมาแต่ผู้ป่วยบอกว่าฉันไม่ได้ทำใครมาทำไว้ก็ไม่ทราบ ซึ่งญาติพี่น้องจะยืนยันได้ว่าผู้ป่วยเป็นผู้ตั้งอาหารอุ่นไว้บนเตาจริง ๆ เพราะไม่มีคนอื่นอยู่อีก หรือบางที



ผู้ป่วยสมองเสื่อมจะทำกับข้าวเอาไว้แต่ลืมเอาออกมาเสิร์ฟ จนรับประทานเสร็จจึงได้ทราบว่ามีอาหารที่ทำแล้วลืมเอาออกมาเสิร์ฟ เมื่อมีคนพูดทักท้วงขึ้นบอกว่านี่ลืมเอาอันนี้ออกมา รับประทานสุดสำหรับทำเสียแทบแย่ ผู้ป่วยสมองเสื่อมก็บอกว่า ใครทำ ฉันไม่ได้ทำนะ ฉันเปล่า ทั้งๆ ที่ญาติพี่น้องเห็นชัดเจนว่า ผู้ป่วยเป็นคนลงมือทำเองอย่างตั้งใจ ผู้ป่วยบางรายที่มี อาการมากขึ้นจะลืมไปว่าตนเองรับประทานอาหารแล้ว บอกว่า ยังไม่ได้รับประทาน อย่างนี้เป็นสมองเสื่อมไม่ใช่เป็นความขี้ลืม ถ้าพิจารณาประมวผลดูคร่าวๆ ได้ว่าคนขี้ลืมนั้นจะลืม



ในจุดเล็กๆ และจะรู้ว่าลืมนั้นลืมนี่ เช่น รู้ว่าตัวเองเอากุญแจไปวางไว้ที่ไหนก็ไม่ทราบ แล้วพยายามคิดว่าควรจะอยู่ที่ไหน ส่วนใหญ่จะไปเจอกุญแจตรงที่ที่เราเดินผ่านมา ส่วนในคนใช้สมองเสื่อมนั้นถ้าเอากุญแจไปลืมหิ้งไว้แล้วถามว่าเอากุญแจไปไว้ที่ไหน คนใช้สมองเสื่อมจะจำไม่ได้เลยว่าตนได้เอากุญแจไป ในช่วงต้นๆ ของอาการสมองเสื่อมญาติพี่น้องหรือคนในครอบครัวจึงมักจะคิดว่าผู้ป่วยชอบโกหกเพราะเห็นชัดเจนว่าได้ทำสิ่งนั้นและปฏิเสธว่าตนเองไม่ได้ทำ

ผู้ป่วยสมองเสื่อมจะเริ่มตื่นลืมสิ่งที่เกิดขึ้นใหม่ๆ ในช่วง 2-3 สัปดาห์ก่อน แต่ของเก่าตั้งแต่สาว ๆ เด็ก ๆ ยังจำได้ดี และเมื่ออาการมากขึ้นจะค่อยๆ ลืมของที่เพิ่งเกิดขึ้น เพิ่งเห็น และจนถึงของที่เพิ่งเกิดขึ้นเมื่อไม่กี่วันก่อน และต่อมากจะลืมย้อนหลังลงไปจนถึงช่วงกลางคน - หนุ่มสาว จนถึงเด็ก ๆ

นอกจากความสามารถของสมองบกพร่องกว่าที่เคยเป็น ผู้ป่วยสมองเสื่อมมีอาการอื่นอีกไหม

มี ผู้ป่วยสมองเสื่อมส่วนมากจะมีการเปลี่ยนแปลงในเรื่องพฤติกรรม (ความประพฤติ) และมักมีอาการทางจิตประสาทร่วมด้วย ซึ่งเกิดขึ้นเป็นระยะๆ การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ เช่น การแต่งตัว การกินอาหาร การพูดจา ปฏิกริยาเวลาไม่พอใจหรือโกรธ พิธีรีตองต่างๆ ที่เคยทำมาตั้งแต่วัยหนุ่มสาวหรืออยู่ในวัยกลางคน สิ่งเหล่านี้จะเปลี่ยนแปลงไปจนคนคนนั้นเปลี่ยนไปจากที่เราเคยรู้จัก บางคนเปลี่ยนมากบางคนเปลี่ยนน้อย และเมื่ออาการมากขึ้น ผู้ป่วยจะไม่สามารถดูแลตัวเองได้

ส่วนอาการทางจิตประสาทได้แก่ 1) การหลงผิด เช่น คิดว่าญาติหรือผู้ดูแลเป็นขโมยที่เข้ามาในบ้าน คิดว่าของบางอย่างถูกขโมยไป คิดว่าต้องไปทำโน่นทำนี่ เช่น จะต้องไปรับเพื่อนที่จะมาจากต่างประเทศที่ดอนเมือง เป็นต้น 2) ประสาทหลอน มักเห็นภาพ/ได้ยินเสียงที่ไม่มีอยู่จริง ส่วนมากจะเป็นการมองเห็นภาพหลอนบ่อยกว่ามีหูแว่ว 3) อารมณ์เปลี่ยนแปลง เช่น ซึมเศร้า เฉยเมย หัวเราะง่าย เป็นต้น ลักษณะดังกล่าวนี้จะไม่พบในคนสูงอายุที่ขี้ลืม



พออายุมากต้องเป็นสมองเสื่อมไหม

ไม่จำเป็น เมื่อคนเรามีอายุมากขึ้น การทำงานของสมองจะลดหย่อนไปจากเดิมบ้าง ความคิดอาจจะช้าลง การเรียนรู้สิ่งใหม่จะช้าลง เหล่านี้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่พบได้ในคนสูงอายุทั่วๆ ไป แต่คนสูงอายุเหล่านี้จะยังคงสามารถตัดสินใจ มีความคิดริเริ่ม มีจินตนาการ มีเหตุผลเป็นของตนเอง จึงถือว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงตามการมีอายุเท่านั้น ส่วนสมองเสื่อมถือว่าเป็นโรค เป็นความผิดปกติที่เกิดในคนบางคนเท่านั้น แต่จะเจอบ่อย สมองเสื่อมบ่อยขึ้นในผู้สูงอายุ จึงทำให้คิดว่าพออายุมากขึ้นจะต้องเป็นสมองเสื่อม ซึ่งไม่เป็นความจริง จึงไม่ต้องกังวลว่าพออายุมากแล้วจะต้องสมองเสื่อม

คนสูงอายุที่เปลี่ยน ชี้อีกกว่าตอนหนุ่มสาว ต่อไปจะกลายเป็นสมองเสื่อมหรือไม่

จะมีบางส่วนกลายเป็นสมองเสื่อม แต่ไม่ใช่ทุกคน บางคนจะช้ำลิ้มอย่างเดียวและรื้อฟื้นได้ สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ และบุคลิกภาพความประพฤติเหมือนเดิม พวกนี้ไม่เป็นสมองเสื่อม ถือเป็นพวกช้ำลิ้มกว่าปกติเท่านั้น

ส่วนกลุ่มที่กลายเป็นสมองเสื่อมจะค่อยๆ มีความผิดปกติอย่างอื่นๆ เพิ่มเข้ามา เช่น พูดสื่อความหมายลำบาก ทำสิ่งที่เคยทำประจำวันช้าลง และสับสน ไม่ค่อยดูแลตนเอง อาจมีอาการเปลี่ยนแปลง ฉุนเฉียวง่าย หรือช้ำไม่ไหว กราดเกรี้ยวได้ แล้วในที่สุดอาการก็จะเด่นชัดขึ้นทุกทีจนเข้าข่ายสมองเสื่อม

จะทำอย่างไรจึงจะรู้ว่าคนสูงอายุขี้ลืมคนไหนจะเป็น สมองเสื่อม และคนไหนจะไม่เป็น

ส่วนใหญ่แพทย์จะติดตามดูอาการของผู้ป่วยระยะหนึ่ง อาจจะเป็นเวลา 6-12 เดือน โดยการดูอาการทั่วไปและทำแบบทดสอบความสามารถของสมองที่ค่อนข้างสลับซับซ้อนเป็นระยะ ให้ตอบคำถามที่ยาก และเอาผลที่ได้มาเปรียบเทียบกันว่า บกพร่องกว่าเดิมมากน้อยเพียงใด ถ้าหากบกพร่องลงกว่าเดิมอย่างมาก ก็พอจะชี้ได้ว่ารายนี้น่าจะกลายเป็นสมองเสื่อม



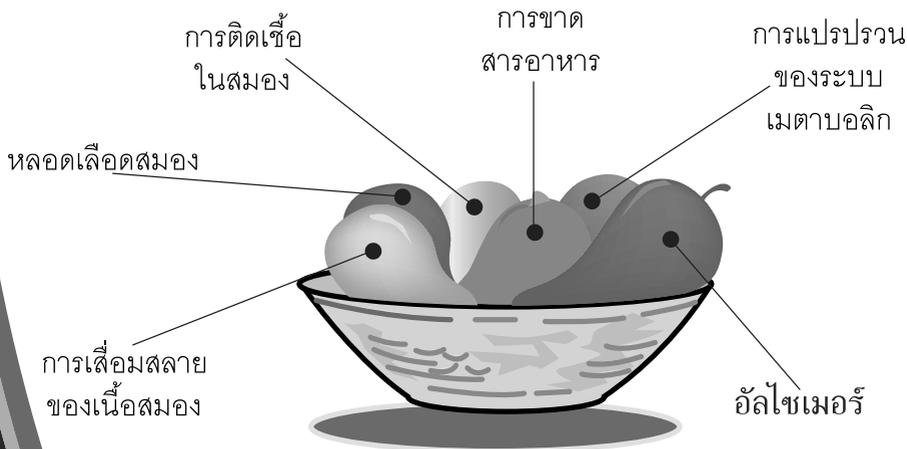
นอกจากการทำแบบทดสอบติดตามอาการของผู้ป่วยแล้ว การตรวจเอกซเรย์พิเศษที่ดูการใช้ออกซิเจนและการใช้พลังงานของสมอง (เพทสแกน และสเปก) ถ้าพบว่าผิดปกติในตำแหน่งที่ตรงกับที่พบในผู้ป่วยสมองเสื่อมก็จะสรุปได้ว่าคนนี้จะ เป็นสมองเสื่อม แต่ถ้าตรวจแล้วยังอยู่ในเกณฑ์ปกติ ก็ไม่อาจจะบอกได้ว่าคนนี้ไม่เป็น เพราะอาจจะตรวจเร็วเกินไปจึงยังไม่เห็นความผิดปกติ อาจจะต้องรอเวลาแล้วตรวจซ้ำอีกครั้งพร้อมกับดูอาการอื่น ๆ ไปด้วย

เจาะเลือดจะช่วยได้ไหม

ยังไม่ได้ ถ้าเราจะพบความผิดปกติทางพันธุกรรมที่ถือว่าเป็น “พันธุกรรมเสี่ยง” สำหรับสมองเสื่อม (โดยเฉพาะกลุ่มอัลไซเมอร์) ก็ยังไม่อาจจะสรุปได้ว่าคนนี้เป็นอัลไซเมอร์แน่ ๆ ดังนั้น สิ่งที่จะเป็นตัวบอกที่แน่นอนที่สุด คือ อาการของคนใช้นั้นเอง

สมองเสื่อมคือโรคอัลไซเมอร์ใช่ไหม ได้ยินคนพูดถึงโรคอัลไซเมอร์กันบ่อยๆ

โรคอัลไซเมอร์เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดสมองเสื่อม แต่สมองเสื่อมนั้นเกิดขึ้นจากสาเหตุอื่น ๆ อีกมากมายไม่ได้เกิดจากอัลไซเมอร์เพียงอย่างเดียวเท่านั้น จะขอยกตัวอย่างง่ายๆ โดยเปรียบเทียบกับ “มะม่วง” ขอให้คำว่าสมองเสื่อมเหมือนกับมะม่วง ส่วนคำว่าอัลไซเมอร์นั้นยกให้เป็นพันธุ์เขียวสวย นอกจากโรคอัลไซเมอร์แล้วสมองเสื่อมยังเกิดจากสาเหตุอย่างอื่นอีกหลายอย่างคล้ายกับมีมะม่วงพันธุ์อื่นอีกหลายพันธุ์ในกระจัดใบหนึ่ง เพราะฉะนั้นโรคอัลไซเมอร์จึงเป็นสมองเสื่อมชนิดหนึ่ง ส่วนสมองเสื่อมนั้นไม่จำเป็นจะต้องเป็นอัลไซเมอร์เสมอไป อาจเกิดจากสาเหตุอื่น ๆ ได้อีก ซึ่งจะได้กล่าวในลำดับต่อไป



โรคอัลไซเมอร์รักษาได้ไหม

ในขณะนี้ ยังไม่มียาชนิดใดที่จะรักษาผู้ป่วยอัลไซเมอร์ให้หายขาด และอาการทั้งหมดกลับมาเป็นปกติตามเดิม แต่มียาที่ใช้เพื่อชะลออาการของโรค ทำให้ความเสื่อมช้าลงเพื่อที่ผู้ป่วยจะอยู่ในระยะที่ช่วยตัวเองได้นานที่สุด

ยาที่ใช้รักษาอัลไซเมอร์มีกี่ชนิด อะไรบ้าง

ในปัจจุบัน องค์การอาหารและยาในประเทศสหรัฐอเมริกาให้การรับรองยาที่ใช้รักษาผู้ป่วยสมองเสื่อมชนิดอัลไซเมอร์อยู่ 2 กลุ่ม ได้แก่

1. ยากลุ่มที่ต้านการทำลายของสารสื่อประสาทชนิดโคลีน (Cholinesterase inhibitor) ยากลุ่มนี้มีด้วยกัน 3 ตัว ให้ใช้ในผู้ป่วยระยะต้นถึงระยะกลาง
2. ยาที่ปิดกั้นการทำงานของสารสื่อประสาทกลูตาเมตที่ระดับต่ำแบบชั่วคราว



หมอจะใช้ยาอย่างไร

ในทางปฏิบัติ เมื่อหมอได้ให้การวินิจฉัยผู้ป่วยเป็นสมองเสื่อมแล้ว จะต้องลงความเห็นว่ายู่ในระดับใด (ระยะต้น ปานกลาง รุนแรง เป็นต้น) หลังจากนั้น หมอจะพิจารณาว่าผู้ป่วยเหมาะสมที่จะได้รับยากลุ่มนี้ไหม โดยพิจารณาจากอาการผู้ป่วย ความรวดเร็วของการดำเนินโรค (อาการเป็นไปช้าๆ เป็นมานาน หรือเป็นรวดเร็ว) ลักษณะของผู้ป่วยแต่ละราย เช่น การกินอยู่ การนอน บุคลิกภาพเดิมก่อนป่วย เป็นต้น เพราะลักษณะเหล่านี้ อาจทำให้ผู้ป่วยแต่ละรายตอบสนองกับยาต่างกัน และอาจแสดงอาการข้างเคียงของยาในลักษณะและความรุนแรงต่างกัน



หมอจะเริ่มให้ยาและดูอาการของผู้ป่วยเป็นระยะ และค่อยๆ ปรับขนาดของยาให้ไปถึงระดับสูงสุดที่ผู้ป่วยทนกับยาได้ (หมายความว่า ผู้ป่วยบางรายจะได้ยาในขนาดเต็มที่ แต่บางรายอาจจะได้ยาที่ขนาดต่ำกว่า) ในรายที่ผู้ป่วยทนยาไม่ได้ คือมีผลข้างเคียงมาก แพทย์อาจจะเปลี่ยนไปใช้ยาอีกตัวหนึ่งในกลุ่มเดียวกัน ผู้ป่วยควรจะได้ยาเพียงตัวเดียวเท่านั้น ไม่ควรได้รับยา 2 หรือ 3 ตัวในกลุ่มเดียวกัน เพราะไม่ช่วยให้อาการของผู้ป่วยดีขึ้นกว่าการใช้ยาตัวเดียว แต่ที่สำคัญกว่าคือ ผลข้างเคียงจากยาจะมากขึ้นกว่าประโยชน์ที่ควรจะได้

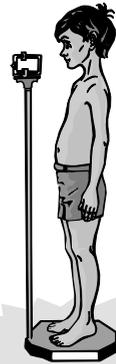
อาการข้างเคียงของยาที่พบบ่อย มีอะไรบ้าง

ส่วนใหญ่จะพบอาการทางด้านระบบทางเดินอาหาร เช่น คลื่นไส้ อาเจียน เรอบ่อยมาก ถ่ายเหลว ถ่ายหลายๆ ครั้ง เบื่ออาหาร น้ำหนักลด อาการอื่นๆ ที่พบคือ ง่วงซึม มีนหรือเวียนศีรษะ ใจสั่น วุ่นวาย การนอนเปลี่ยนไป เช่น นอนน้อยลง เป็นต้น ซึ่งอาการเหล่านี้จะพบน้อยลง ถ้าค่อยๆ ปรับยาทีละน้อย เพื่อให้เวลาที่ร่างกายจะปรับตัวเข้ากับยา บางรายพอปรับยาเพิ่มขึ้น ก็มีอาการ แต่พอลดยาลงมาเท่าเดิมก็สบายดี

จากประสบการณ์พบว่าผู้ป่วยที่น้ำหนักน้อยจะพบอาการข้างเคียงเหล่านี้บ่อย และค่อนข้างรุนแรง ดังนั้น ผู้เขียนจึงมักจะพยายามให้ผู้ป่วยกินอาหารได้มากๆ และพยายามให้น้ำหนักผู้ป่วยอยู่ในระดับสูงสุดเท่าที่เขาเคยเป็นมา ก่อนที่จะค่อยๆ เริ่มให้ยา ญาติผู้ป่วยบางรายสงสัยว่ามาตรวจ 2-3 ครั้ง แล้วทำไม



จึงยังไม่ให้ยาช่วยเรื่องความจำเสียที ก็ต้องให้เหตุผลว่า อยากให้สภาพร่างกายของผู้ป่วยดีที่สุดเท่าที่จะเป็นได้ก่อน เขาจะได้ปรับตัวเข้ากับยาให้ดีขึ้นและจะได้ประโยชน์ของยาอย่างเต็มที่



หมอจะใช้ยาทั้ง 2 กลุ่มพร้อมๆ กันไหม

ในผู้ป่วยที่อาการอยู่ในขั้นปานกลางขึ้นไป แพทย์อาจจะให้ยาในกลุ่มที่ 1 สักระยะหนึ่ง และเริ่มยาในกลุ่มที่ 2 ไปด้วยเลย เพื่อให้อาการของผู้ป่วยจะอยู่คงที่ให้นานที่สุด หรืออาการเลวลงช้าที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

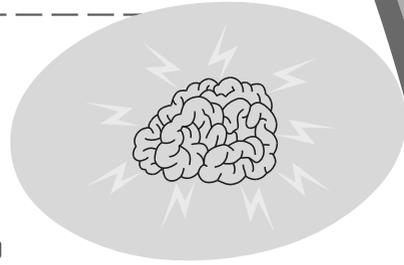
หลังจากกินยาแล้ว อาการจะกลับมาปกติไหม นานเท่าไร

ยาทั้ง 2 กลุ่มที่ใช้ในผู้ป่วยสมองเสื่อมชนิดอัลไซเมอร์นี้ ไม่สามารถทำให้อาการของผู้ป่วยกลับมาเป็นอย่างเดิมได้ เพียงแต่ทำให้อาการชะลอลง ให้ผู้ป่วยสามารถช่วยเหลือตนเอง และเข้าใจสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงนานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะไม่สามารถบวกลบเลขได้ หรือทอนสตางค์ได้ดีกว่าเดิม แต่อาจจะถามซ้ำลดลง ให้ความร่วมมือในการอาบน้ำแต่งตัวมากขึ้น และบางรายอาการหลงผิด หรือภาพหลอนอาจจะลดลงจากการใช้ยากลุ่มนี้



สมองเสื่อมเกิดจากสาเหตุอะไรบ้าง

สมองเสื่อมมีสาเหตุหลายอย่างมากมาย
ในที่นี่จะยกสาเหตุสมองเสื่อมที่พบบ่อย
มาให้ทราบพอสังเขป ดังนี้



1. การเสื่อมสลายของเนื้อสมอง

โดยยังไม่ทราบตัวการที่ชักนำทำให้เซลล์สมองตาย พบว่าส่วนเล็กๆ ในสมองหรือที่ทางแพทย์เรียกว่าเซลล์สมองนั้นมีการเสื่อมสลายตายไป และไม่มีเซลล์สมองใหม่ขึ้นมาทดแทน ทำให้สมองที่เหลืออยู่ไม่สามารถทำงานได้ดีอย่างเดิม โรคที่ทำให้เกิดความผิดปกติแบบนี้บ่อยๆ คือ โรคอัลไซเมอร์ นอกจากนี้ยังมีโรคอื่นๆ อีกหลายโรค ซึ่งมักมีชื่อเป็นภาษาอังกฤษ อัลไซเมอร์นั้นเป็นโรคที่พบบ่อยมากที่สุดของสมองเสื่อมในผู้ป่วยต่างประเทศ เช่น ในประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่ามากกว่าครึ่งของคนไข้สมองเสื่อมเกิดจากโรคอัลไซเมอร์ ดังนั้นเราจึงได้ยินคำว่า *สมองเสื่อมกับอัลไซเมอร์ไปพร้อมๆ กัน จนทำให้เข้าใจผิดว่าอัลไซเมอร์คือสมองเสื่อมและในทางกลับกันสมองเสื่อมคืออัลไซเมอร์ซึ่งไม่ถูกต้อง*

2. ปัญหาหลอดเลือดสมอง

เมื่อคนมีอายุมากขึ้นจะมีการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดทั่วตัวมากบ้างน้อยบ้างตามแต่พันธุกรรม อาหารการกินและพฤติกรรมของผู้นั้นในช่วงเวลาที่ผ่านมา การเปลี่ยนแปลงนี้จะมากหรือน้อยจะต่างกันไปตามแต่ละคน การเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดนี้เกิดขึ้นเนื่องจากมีไขมันมาสะสมได้ผนังหลอดเลือดทำให้หลอดเลือดขรุขระไม่เรียบและตีบลง หลอดเลือดที่ตีบนี้จะเป็นไปทั่วตัวและถ้าตีบมากจะทำให้

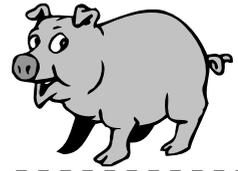
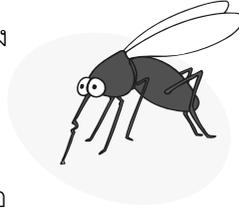
เลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ เหล่านี้ไม่สมบูรณ์
ถ้าเลือดไปเลี้ยงสมองไม่สมบูรณ์จะทำให้สมอง
ขาดเลือด เนื้อสมองบางส่วนจะค่อย ๆ ตายไปทำให้
ความสามารถของสมองลดลง บางครั้งเกิดการตีบตัน
ของเส้นเลือดใหญ่ในสมอง ทำให้ผู้ป่วยแขนขาไม่มีแรง
ที่รู้จักกันดีว่าเป็นอัมพาต อัมพฤกษ์ การรู้สึกตัวอาจจะ
ลดลงร่วมกับมีลักษณะสมองเสื่อม อย่างนี้ถือว่าเป็น
สมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมอง ซึ่งจะ
พบได้บ่อยในผู้ป่วยที่มีปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ เหล่านี้
ได้แก่ เป็นโรคความดันโลหิตสูง ภาวะไขมันในเลือดสูง สูบบุหรี่
เป็นเบาหวาน อ้วน (น้ำหนักเกินกว่ามาตรฐานที่กำหนด)



สมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมองเป็นปัญหาใหญ่ในประเทศ
ที่กำลังพัฒนา เกิดจากการกินอาหารที่มีปริมาณและชนิดไขมัน
ที่ไม่เหมาะสม ร่วมกับการใช้ชีวิตสะดวกสบาย ขาดการออก
กำลังกาย ทำให้อ้วน เป็นเบาหวาน ความดันโลหิตสูงที่ควบคุม
ไม่ได้ จนในที่สุดหลอดเลือดแดงเสียไป สมองเสื่อมจากหลอดเลือด
สมองนี้เป็นส่วนที่สำคัญเพราะเป็นสิ่งที่ป้องกันได้
จากการดูแลตนเองอย่างเหมาะสม ตั้งแต่วัยหนุ่มสาว และวัย
กลางคน

3. การติดเชื้อในสมอง ถ้ามีการติดเชื้อในสมองจะเกิด
การอักเสบ จะทำให้เซลล์สมองบางส่วนตายไป มีผลต่อความ
เฉลียวฉลาดและการทำงานของสมอง ในสมัยก่อนมักพบการ
ติดเชื้อในสมองจากโรคซิฟิลิสซึ่งเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
ในปัจจุบันโรคซิฟิลิสพบได้น้อยลงแต่พบปัญหาสมองเสื่อมเพิ่ม
มากขึ้นจากการติดเชื้อเอชไอวี (HIV) หรือไวรัสที่ทำให้เป็น

โรคเอดส์ ซึ่งจะพบในผู้ที่อายุไม่มากนักและกำลังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของหลายประเทศ นอกจากนี้ ยังพบภาวะสมองเสื่อมที่เกิดจากสมองหรือเยื่อหุ้มสมองอักเสบการติดเชื้อไวรัสหรือเชื้อแบคทีเรียบางชนิด ไวรัสที่ทำให้เกิดการติดเชื้อของสมอง เช่น ไวรัสที่เราเรียกว่า เชื้อจาแปนนิสปี ซึ่งไวรัสนี้อยู่ในหมู หมูที่มีการติดเชื้อจะมีไวรัสนี้อยู่ในเลือดและจะมีถุงเป็นพาหะนำโรค ยุงจะไปกัดหมูที่มีไวรัสแล้วมากัดคน พาเอาเชื้อไวรัสนั้นมาสู่คน ทำให้คนที่ถูกยุงกัดเกิดอาการเจ็บป่วย ไข้สูง หมดสติ ชัก คนไข้จำนวนหนึ่งจะถึงแก่กรรม คนไข้ที่ไม่เสียชีวิตจะหมดสติอยู่ยาวนานแล้วค่อย ๆ รู้สึกดีขึ้นมา พร้อมกับความจำความรู้ความสามารถของสมองสูญเสียไปเกือบหมด ไม่ทราบว่าเป็นใคร เคยเรียนรู้อะไรก็จะจำไม่ได้ต้องมาเริ่มเรียนกันใหม่หมด ลักษณะอย่างนี้ก็เป็นลักษณะสมองเสื่อมอย่างหนึ่งซึ่งเกิดจากการติดเชื้อในสมอง



4. เกิดจากการขาดสารอาหารบางชนิด เช่น ขาดวิตามินบี 1 วิตามินบี 12 และสารที่เรียกว่า โพลิด - แอซิก การขาดวิตามินบี 1 มักพบในผู้ที่ติดสุราหรือดื่มสุรามาก ๆ แล้วไม่ค่อยรับประทานอาหาร ร่างกายต้องใช้วิตามินบี 1 เพื่อช่วยในการสร้างเซลล์สมอง เมื่อไม่ได้รับสารอาหาร ก็จะทำให้เซลล์สมองเสียหายตายไป วิตามินบี 12 นั้น อยู่ในเนื้อสัตว์เท่านั้น ส่วนใหญ่นั้นคนไทยมักไม่ค่อยมีปัญหากับการขาดวิตามินบี 12 นอกจากอาจจะได้ในคนที่ เป็นมังสวิรัตอย่างเคร่งครัดไม่ได้รับประทานเนื้อสัตว์มานาน ๆ หลายปี ดังนั้น คนที่เป็น



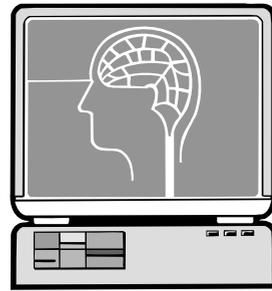
มังสวิรัต้อย่างเคร่งครัดจึงควรได้รับวิตามินเสริมเป็นครั้งคราว เพื่อให้เพียงพอกับการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย นอกจากนี้ ยังอาจพบการขาดวิตามินบี 12 ในผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กส่วนต้นออกไป ซึ่งจะทำให้ขาดสารบางอย่างซึ่งช่วยหรือเป็นตัวจำเป็นในการดูดซึมวิตามินบี 12 จากกระเพาะอาหารและลำไส้เข้าสู่ระบบร่างกาย ผู้ป่วยจะมีอาการทางประสาท แขนขาชาา เดินไม่ได้ ร่วมกับมีอาการสมองเสื่อมและถ้าไม่ได้รับการแก้ไขรักษาอาจจะถึงแก่ชีวิตได้ อาการร่วมอย่างหนึ่งที่แพทย์น่าจะนึกถึงภาวะขาดวิตามินบี 12 คือ ผู้ป่วยจะมีอาการซีดร่วมด้วย ถ้ามีสมองเสื่อมร่วมกับเลือดจาง ก็น่าจะนึกถึงว่าขาดวิตามินบี 12 หรือเปล่า ซึ่งการรักษาทำได้โดยการให้ยากินหรือยาฉีด (วิตามินบี 12) จะทำให้อาการทางสมอง หรืออาการทางระบบประสาทกลับคืนมาได้ การกลับคืนมานั้นจะมากหรือน้อยจะขึ้นอยู่กับว่าเป็นมานานหรือเป็นรุนแรงเท่าไร



5. การแปรปรวนของระบบเมตาบอลิก ของร่างกาย เช่น การทำงานของต่อมไร้ท่อ บางชนิดผิดปกติไป โดยเฉพาะต่อมไทรอยด์ทำงานน้อยไปหรือมากเกินไปก็ทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับการทำงานของสมองทั้งสิ้น การทำงานของตับผิดปกติไป หรือคนไข้ไตวายก็จะมีปัญหาเรื่องความจำเรื่องความเฉลียวฉลาดเกิดขึ้นด้วย



6. การกระทบกระแทกกระเทือนที่สมอง พบได้ในคน ที่มีการกระทบกระแทกเสมอๆ เช่น นักมวยหรือผู้เล่นกีฬา แล้วต้องใช้ศีรษะเป็นประจำ การกระทบรุนแรงทำให้เซลล์สมอง ตายไปมากกว่าในคนปกติในช่วงวัยเด็กหรือวัยต้นของชีวิต ถึงแม้จะมีการกระทบกระเทือนแต่ยังไม่เห็นอาการผิดปกติใดๆ เพราะ สมองยังมีส่วนสำรองอยู่มาก เมื่ออายุมากขึ้นส่วนสำรองต่างๆ เหล่านั้นร่อยหรอไปจะเกิดอาการสมองเสื่อมได้ คนที่เคยมี อุบัติเหตุจนถึงขั้นสลบมีความเสี่ยงที่จะเป็น สมองเสื่อมตอนสูงอายุมากกว่าบุคคลทั่วไป



7. เนื้องอกในสมองอาจทำให้มีอาการ คล้ายกับสมองเสื่อมได้ โดยเฉพาะเนื้องอกที่ อยู่ด้านหน้าของเนื้องอกในสมอง ผู้ป่วยอาจไม่มี อาการแขนขาอ่อนแรง แต่อาจมีลักษณะความ ฉลาดยวลด หรือพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป

8. สมองเสื่อมเกิดจากช่องในสมองขยายใหญ่ขึ้นจาก น้ำเลี้ยงสมองคั่ง สาเหตุนี้ยังไม่ทราบอย่างชัดเจนว่าเกิดขึ้นจาก อะไร ผู้ป่วยจะมีอาการสมองเสื่อม เดินไม่เป็น และกล้ามเนื้อสั่นกระตุก ไม่อยู่ มีอาการปัสสาวะรด ราด ซึ่งเกิดขึ้นตั้งแต่ในช่วงแรกๆ ของโรค และเมื่อทำการตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมอง พบว่า ช่องในสมองขยายใหญ่ผิดปกติ และไปกดเบียดเนื้อสมองที่อยู่ รอบๆ ช่องนั้น โรคนี้เป็นสมองเสื่อมที่รักษาได้โดยการผ่าตัด ระบายน้ำเลี้ยงสมองออกมา ทำให้ขนาดของช่องใน สมองเล็กลง ผู้ป่วยมักจะกลับมามีอาการทางสมอง ดีขึ้นเหมือนเดิมได้ และกล้ามเนื้อสั่นกระตุกได้เหมือนเดิม



9. ยาหรือสารที่เป็นพิษโดยเฉพาะยาที่มีผลต่อการทำงานของสมอง เช่น ยานอนหลับ ยาแก้ปวด ยาคลายเครียด ยาต่างๆ เหล่านี้ถ้าได้รับในขนาดที่สูงเกินไปหรือสะสมอยู่นาน อาจทำให้การทำงานของสมอง ความเฉลียวฉลาด ลักษณะบุคลิกภาพของผู้นั้นเปลี่ยนแปลงไปและมีอาการแบบคนไข้สมองเสื่อมได้ สารที่เป็นพิษอีกตัวหนึ่งก็คือ เหล้า ถ้ากินนานก็จะทำให้คนไข้มีอาการแบบสมองเสื่อมได้ ซึ่งอาจจะเป็นผลโดยตรงของเหล้ารวมกับการขาดวิตามิน

10. การอักเสบของหลอดเลือด คนไข้จำนวนหนึ่งอาจจะมีการอักเสบของหลอดเลือดเล็กๆ ที่สมองและทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองไม่สมบูรณ์ก่อให้เกิดอาการแบบสมองเสื่อมได้

“ ทั้ง 10 รายการนี้เป็นสาเหตุสมองเสื่อมที่เจอได้เรื่อยๆ ยังมีสาเหตุอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งจะเจอไม่บ่อยนัก สาเหตุสำคัญสองลำดับแรกที่ทำให้เกิดสมองเสื่อม ได้แก่ โรคอัลไซเมอร์และสมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมองในประเทศทางตะวันตก เช่น อเมริกาและยุโรป พบโรคอัลไซเมอร์เป็นลำดับหนึ่งและสมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมองตามมาเป็นลำดับสอง แต่ในอินเดียและจีน พบสมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมองมากกว่าโรคอัลไซเมอร์ ส่วนสาเหตุอื่นๆ นั้นเจอน้อยกว่า ”

ถ้าสงสัยว่าเป็นสมองเสื่อมจะทราบได้อย่างไร

ถ้าสงสัยว่าจะเป็นสมองเสื่อมจะต้องพาผู้ป่วยไปพบแพทย์ แพทย์ที่จะให้การวินิจฉัยสมองเสื่อมได้ ได้แก่ อายุรแพทย์ทั่วไป หรืออายุรแพทย์โรคระบบประสาท แพทย์ที่ดูแลเกี่ยวกับโรคทางจิต หรือที่เรียกว่าจิตแพทย์ และแพทย์ที่ดูแลผู้สูงอายุ ในความเป็นจริงแล้วแพทย์ทั่วไป ก็อาจจะให้การวินิจฉัยเบื้องต้นได้ว่าผู้ป่วยน่าจะใช่สมองเสื่อมหรือไม่ใช่ แต่ถ้าจะให้ชัดเจนแน่นอนคงจะต้องหาแพทย์เฉพาะทาง ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว เมื่อมาพบแพทย์ แพทย์จะดำเนินการซักประวัติว่าความลืมหรือสิ่งที่ผิดปกตินั้นมีลักษณะอย่างไร ลืมของใกล้หรือไกลตัว มีอาการอื่นๆ เกิดขึ้นด้วยหรือไม่ เช่น แขนขาอ่อนแรง กลั้นปัสสาวะไม่ได้ เป็นต้น การลืมหรือความผิดปกติ นั้นเกิดขึ้นเร็วหรือช้ามากน้อยแค่ไหน เพราะลักษณะของการดำเนินโรคจะช่วยบอกสาเหตุของโรคได้ เช่น ในคนใช้สมองเสื่อมที่เกิดจากการเสื่อมสลายของเซลล์สมอง เช่น โรคอัลไซเมอร์นั้น ลักษณะอาการจะค่อยเป็นค่อยไป ผู้ป่วยมักจะมีอาการผิดปกติมาแล้วราวๆ 4-6 ปี ก่อนจะมาพบแพทย์ ซึ่งจะเริ่มผิดปกติเพียงเล็กน้อยและส่วนใหญ่นักอายุรแพทย์จะคิดว่าเป็นเพราะสูงอายุมากขึ้น จึงมักจะเลอะๆ ลืมๆ แต่ต่อมาอาการชัดเจนขึ้นจึงได้มาพบแพทย์ สมองเสื่อมจากสาเหตุบางอย่างจะมีอาการให้เห็นค่อนข้างเร็ว เช่น สมองเสื่อมที่เกิดจากหลอดเลือดสมองตัน



ผู้ป่วยเหมือนคนปกติเมื่อ 2 สัปดาห์ที่แล้ว ต่อมาต้องเข้าโรงพยาบาลเพราะหลอดเลือดสมองตันมีอาการแขนขาไม่มีแรง บางรายอาจจะมีสติสัมปชัญญะเปลี่ยนแปลง หลังจากนั้นผู้ป่วยอาจจะจำคนที่เคยรู้จักไม่ได้ ไม่ทราบว่าจะของสิ่งนั้นเรียกว่าอะไร ไม่สามารถบอกความต้องการของตนเองได้อย่างถูกต้อง เป็นลักษณะอาการสมองเสื่อมซึ่งเกิดขึ้นอย่างกะทันหัน เป็นต้น



ดังนั้นลักษณะของความลืมและพฤติกรรมที่ผิดปกติ รวมทั้งการดำเนินโรคเร็วช้าต่างกันแค่ไหนจะช่วยให้แพทย์พอจะสันนิษฐานได้ว่าผู้ป่วยเป็นสมองเสื่อมหรือไม่ แล้วถ้าเป็นสมองเสื่อมจริงน่าจะมีสาเหตุมาจากอะไร หลังจากนั้นแพทย์จะดำเนินการตรวจร่างกายเพื่อดูว่ามีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมด้วยหรือไม่ เช่น แขนขาอ่อนแรง หน้าเขียว มีระบบการตอบรับของระบบประสาทอัตโนมัติผิดปกติหรือไม่ เป็นต้น ต่อมาแพทย์จะทำการทดสอบสมรรถภาพของสมอง แพทย์จะให้ผู้ป่วยตอบคำถามหลายๆ อย่าง เพื่อที่จะดูว่าสิ่งที่ผู้ป่วยบ่นว่าลืมนั้นเป็นอาการลืมนที่พบได้ในคนทั่วไปหรือมีลักษณะแนวโน้มว่าจะเป็นสมองเสื่อม ผู้ป่วยจะต้องตอบคำถามเกี่ยวกับเวลา สถานที่ที่อยู่ สิ่งแวดล้อมต่างๆ อาจจะให้มีการจำของบางอย่างแล้วถามซ้ำทีหลัง อาจจะให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมบางอย่างให้ผู้ทดสอบดู เช่น ให้อาหารรูป ให้เขียนนาฬิกาหรือให้บอกเลขลบเลข เป็นต้น เพื่อดูว่าสมองยังทำงานได้ตามปกติหรือไม่ สุดท้ายแพทย์จะส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการ (ตรวจเลือด) และเอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมอง เนื่องจากสาเหตุสมองเสื่อมเป็นได้จากหลายประการ อาจเกิดจากความผิดปกติ แปรปรวนของระบบเมตาบอลิกของร่างกายเรา จึงต้องเจาะเลือดเพื่อดูว่าผู้ป่วย

มีปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้หรือไม่และการทำเอกซเรย์คอมพิวเตอร์เพื่อที่จะดูว่าผู้ป่วยมีเนื้องอกหรือความผิดปกติอื่น ๆ อยู่หรือไม่ หรือมีลักษณะที่แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยเคยมีปัญหาหลอดเลือดในสมองตีบหรืออุดตันมาก่อน จึงทำให้เกิดเนื้อสมองตายเป็นหย่อม ๆ ซึ่งทั้งหมดนี้มาประมวลรวมกันแล้ว แพทย์ก็สามารถจะหาคำตอบได้ว่าผู้ป่วยเป็นสมองเสื่อมหรือไม่ ถ้าเป็นน่าจะมีสาเหตุจากอะไร



สมองเสื่อมรักษาได้หรือไม่

บางอย่างได้ ส่วนมากไม่ได้ สมองเสื่อมเกิดจากสาเหตุได้หลายประการ สมองเสื่อมจากสาเหตุบางอย่างรักษาให้กลับมามีสติอย่างเดิมหรืออาจจะทำให้โรคไม่รุนแรงขึ้นได้ (ประมาณ 1 ใน 10) แต่ส่วนใหญ่รักษาไม่ได้ (ประมาณ 9 ใน 10) สมองเสื่อมที่รักษาได้หรือช่วยให้ผู้ป่วยมีอาการที่ดีขึ้นมาได้มักจะเป็นสมองเสื่อมจากสาเหตุคือ

1. เกิดจากการทำงานของต่อมไร้ท่อผิดปกติไป โดยเฉพาะต่อมไทรอยด์
2. เกิดจากการขาดสารอาหาร เช่น วิตามินบี 12, บี 1
3. เกิดจากช่องในสมองขยายใหญ่เนื่องจากน้ำเลี้ยงสมองคั่ง
4. เกิดจากการได้รับยาหรือสารที่มีผลต่อการทำงานของสมอง

ทั้ง 4 กลุ่มใหญ่ๆ นี้เป็นกลุ่มที่แพทย์อาจจะช่วยให้ผู้ป่วยกลับมามีอาการดีขึ้นได้ หลังจากให้การรักษาผู้ป่วยจะอาการดีขึ้นหรืออย่างน้อยก็คงที่ไม่เลวลง ส่วนสมองเสื่อมที่เกิดจากสาเหตุอื่นๆ เช่น ที่เกิดจากการเสื่อมสลายของเซลล์สมอง จากการกระทบกระแทกกระเทือนหรือจากการติดเชื้อ 'ไม่ว่าจะรักษาให้หายได้ การให้ยาบางชนิดอาจจะทำให้อาการของผู้ป่วยทรุดซ้ำลงแต่ไม่สามารถจะหยุดยั้งหรือทำให้หายได้'

จะเป็นสมองเสื่อมตั้งแต่อายุเท่าไร



เป็นได้ทุกอายุ แต่พบบ่อยขึ้นในผู้สูงอายุ เนื่องจากสมองเสื่อมเกิดจากหลายสาเหตุ ดังนั้น สมองเสื่อมจะเกิดขึ้นในอายุเท่าไรก็ได้ โดยเฉพาะสมองเสื่อมที่เกิดจากการติดเชื้อ การกระทบกระแทกกระเทือน การแปรปรวนทางเมตาบอลิก เนื้องอกหรือจากการขาดสารอาหาร

สมองเสื่อมที่มักจะเจอในคนสูงอายุ ได้แก่ สมองเสื่อมที่เกิดจากการเสื่อมสลายของเซลล์สมอง เช่น โรคอัลไซเมอร์และสมองเสื่อมที่เกิดจากปัญหาหลอดเลือดสมอง ดังนั้น เมื่อมองใน

ภาพรวมจะรู้สึกว่าส่วนใหญ่แล้วผู้ป่วยสมองเสื่อม มักจะเป็นผู้สูงอายุ จะเจอในคนอายุน้อยได้แต่ไม่มากนัก เมื่ออายุมากขึ้นจะเป็นสมองเสื่อมโดยเฉพาะโรคอัลไซเมอร์มากขึ้นเรื่อยๆ จากตัวเลขในต่างประเทศพบว่าจะมีผู้ป่วยสมองเสื่อม 1% ของคนที่

อายุเกิน 60 ปี และอุบัติการณ์จะเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่าทุก ๆ 5 ปี หมายความว่าจาก 1% เมื่ออายุมากกว่า 60 ปี พบได้ 2% ในกลุ่มอายุมากกว่า 65 ปี พบเป็น 4% ในกลุ่มอายุมากกว่า 70 ปี เป็นต้น ดังนั้น ยิ่งอายุยืนยาวขึ้นโอกาสเสี่ยงของการเป็นภาวะสมองเสื่อมก็เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

ถ้าตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมองอย่างเดียว จะบอกได้หรือไม่ว่ามีภาวะสมองเสื่อม

ไม่ได้ เพราะสมองเสื่อมจากหลายสาเหตุอาจจะไม่พบความผิดปกติจากเอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมอง หมายความว่า เอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมองยังดูปกติแต่ผู้ป่วยอาจจะมีอาการอย่างสมองเสื่อมได้ เช่น สมองเสื่อมจากการแปรปรวนทางเมตาบอลิกหรือสมองเสื่อมจากการขาดสารอาหารบางอย่าง ส่วนในกรณีที่ผู้ป่วยเป็นสมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมองหรืออัลไซเมอร์ระยะกลางถึงระยะรุนแรงจะเห็นการเปลี่ยนแปลงในสมองได้จากการเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ ดังนั้น การตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ในช่วงแรก ๆ ของโรคอาจจะไม่เจอความผิดปกติได้ จึงต้องพบแพทย์เพื่อจะซักประวัติ ตรวจร่างกาย นำข้อมูลนี้มาให้การวินิจฉัยที่ถูกต้องต่อไป



เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ปกติ จะเป็นสมองเสื่อมไหม

ผู้ป่วยที่เป็นสมองเสื่อมในระยะต้น โดยเฉพาะโรคอัลไซเมอร์อาจจะมีเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ปกติได้ ดังนั้นถึงแม้เอกซเรย์คอมพิวเตอร์แล้ว จะบอกว่าลักษณะสมองปกติผู้ป่วยก็อาจจะเป็นสมองเสื่อมได้ทั้งนี้จะต้องติดตามดูผู้ป่วยต่อไปในที่สุดมีการเปลี่ยนแปลงของเนื้อสมอง สมองจะเหี่ยวมากขึ้น ซึ่งตอนนั้นจะช่วยบอกเราได้ว่าผู้ป่วยน่าจะเป็นสมองเสื่อมชนิดใดชนิดหนึ่งอย่างแน่นอน

มีญาติเป็นอัลไซเมอร์ลูกหลานจะเป็นด้วยไหม เจาะเลือดจะทราบไหม

อัลไซเมอร์เป็นกรรมพันธุ์ที่มีการถ่ายทอดสู่รุ่นลูกหลาน อัลไซเมอร์แบ่งได้คร่าวๆ เป็น 2 ชนิด ชนิดแรก คือกลุ่มที่มีอาการตั้งแต่อ่อนอายุ 65 ปี ส่วนอีกชนิดหนึ่ง มีอาการหลังอายุ 65 ปี กลุ่มที่มีอาการก่อนอายุ 65 ปีมักจะพบความผิดปกติทางพันธุกรรมที่อาจถ่ายทอดแบบตรงจาก พ่อ แม่ ไปสู่รุ่นลูก เราพบการถ่ายทอดลักษณะนี้ไม่บ่อยนัก ประมาณ 120 ครอบครัวทั่วโลก (มีคนเป็นอัลไซเมอร์หลายล้านคน) ส่วนชนิดที่พบได้บ่อยกว่าคือกลุ่มที่มีอาการหลังอายุ 65 ปี ซึ่งจะพบลักษณะสายพันธุกรรม = ยีน (gene) บางอย่างได้บ่อยขึ้น เราเรียกว่าเป็น “ยีนเสี่ยง” ที่จะพบอัลไซเมอร์ได้บ่อยกว่าในคนที่ไม่มียีนนี้ การที่เรียกว่ายีนเสี่ยง เพราะพบยีนนี้ในผู้ป่วยอัลไซเมอร์มากกว่าในคนปกติ แต่คนที่มียีนนี้อาจจะเป็นโรคก็ได้หรือไม่เป็นก็ได้ และคนที่ไม่มียีนนี้ก็อาจจะเป็นโรคก็ได้เช่นกัน

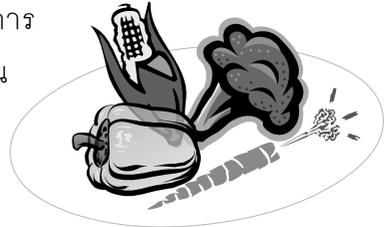
การเจาะเลือดจะบอกได้เพียงว่ามียีนอะไรอยู่ในตัวบ้าง แต่ไม่อาจจะชี้ชัดว่าจะต้องเป็นโรคอัลไซเมอร์ ในขณะที่เชื่อกันว่าจะต้องมี “อะไร” มากกระตุ้นยีนจึงเกิดโรคได้ ส่วนสิ่งที่มีกระตุ้นนั้นยังไม่ทราบว่าเป็นอะไรแน่ จึงไม่แนะนำให้ลูกหลานผู้ป่วยอัลไซเมอร์เจาะเลือด เพราะไม่อาจให้การวินิจฉัยเฉพาะเจาะจงได้ คนที่มีญาติเป็นอัลไซเมอร์ ขอให้ทำใจให้สบายฝึกจิตคิดแต่สิ่งที่ดีงามรู้จักการให้แล้วก็คิดว่าทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับมนุษย์นี้ล้วนมีลิขิตมาแล้ว ศาสนาพุทธก็เชื่อว่าเป็นผลแห่งกรรม ถ้าทำใจได้ อย่างนี้วันหนึ่งถ้าจะต้องเป็น คงต้องเป็น ถ้าไม่เป็นก็ไม่เป็น อย่าได้มีความทุกข์ติดตัวเลย การเจาะเลือดนั้นจะบอกได้ว่าคุณมีพันธุกรรมที่ผิดปกติอยู่หรือไม่ บอกได้แต่เพียงว่ามีหรือไม่มี แต่บอกไม่ได้ว่าคุณจะเป็นหรือไม่เป็น ทั้งนี้ต้องดูอาการต่อไปข้างหน้า

ผู้ป่วยสมองเสื่อมเมื่อป่วยแล้วจะมีชีวิตอยู่ได้ อีกนานเท่าไร

แล้วแต่สาเหตุของสมองเสื่อมและความรุนแรงของปัจจัยนั้นๆ เป็นการยากที่จะบอกว่าผู้ป่วยจะมีชีวิตได้อีกนานเท่าไร ส่วนใหญ่แล้วขึ้นอยู่กับโรคที่เป็นสาเหตุของสมองเสื่อมของผู้ป่วย และสุขภาพของผู้ป่วย ถ้าพูดถึงโรคอัลไซเมอร์แล้วโดยเฉลี่ย ผู้ป่วยมักจะมีชีวิตได้ราว 10 ปี (2-20 ปี) บางรายอาจจะมีชีวิตอยู่ได้ถึง 20 ปี แต่ในบางรายผู้ป่วยจะทรุดลงเร็วมาก อาจเสียชีวิตภายใน 2-3 ปี ส่วนใหญ่อาการสมองเสื่อมจะดำเนินไปเรื่อยๆ แต่อาการอาจจะทรุดเร็วเมื่อผู้ป่วยมีปัญหาสุขภาพอื่น ๆ เกิดขึ้นทับถมเข้ามา เช่น ท้องเสียต้องเข้าโรงพยาบาล

หกล้มสะโพกหักต้องผ่าตัด เป็นหวัดปอดบวมหรือมีการติดเชื้อ
อื่นๆ กล้ามเนื้อหัวใจตายต้องนอนโรงพยาบาลนานๆ อาการ
สมองเสื่อมในผู้ป่วยเหล่านี้จะเลวลงอย่างมากในช่วงที่พักรักษาตัว
ด้วยปัญหาสุขภาพเหล่านี้ และถึงแม้จะรักษาโรคทางกาย
เหล่านี้หายเรียบร้อยแล้ว อาการ

ทางสมองและความจำมักจะดีขึ้น
อย่างช้าๆ แต่จะไม่ได้เหมือนเก่า
(ทชุดลง) ดังนั้นจึงอยากแนะนำ
ผู้ที่ดูแลผู้ป่วยเหล่านี้ว่าจะต้องดูแล



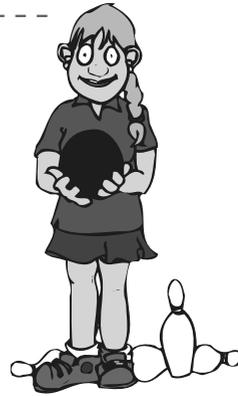
ให้ผู้ป่วยมีสุขภาพส่วนตัวที่ดีที่สุด โดยให้ได้รับอาหารอย่าง
เพียงพอ มีสารอาหารครบถ้วน หรือบริโภคอาหารครบ 5 หมู่
ให้มีการออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวร่างกายสม่ำเสมอ เพื่อ
ให้มีการทรงตัวที่ดี ลดโอกาสที่จะหกล้ม ระวังระวังอย่าให้
ไม่สบาย หลีกเลี่ยงคนเป็นหวัด ระวังระวังการใช้ยาต่างๆ โดย
ไม่จำเป็นเพราะยาบางชนิดทำให้อาการสมองเสื่อมเลวลงนี้
ซึ่งทั้งหมดนี้จะทำให้การดำเนินโรคสมองเสื่อมช้าลง



จะดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมอย่างไร

แนวทางการการดูแล

- รักษาสาเหตุที่แก้ไขได้ตามที่ได้กล่าวมาแล้วในตอนต้น
- ดูแลรักษาโรคอื่นๆ ที่พบในผู้ป่วย ผู้ป่วยอาจจะมึปัญหาสุขภาพอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น ปวดเข่า โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง จะต้องให้การรักษาที่เหมาะสม และถ้าจะต้องใช้ยาควรเลี่ยงยาที่รบกวนการทำงานของสมอง
- ดูแลรักษาปัญหาพฤติกรรม ผู้ป่วยจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปไม่เป็นตัวเขาอีก หรือประพฤติดังแปลกๆ ทำให้ญาติโกรธและไม่เข้าใจ ผู้ป่วยไม่เข้าใจสภาพแวดล้อมและไม่อาจปรับตัวเข้ากับผู้อื่น ญาติจึงจำเป็นต้องเป็นฝ่ายปรับตัว และพร้อมกับปรับสิ่งแวดล้อมมาเพื่อช่วยผู้ป่วย
- ดูแลรักษาอาการซึมเศร้า
- พิจารณาการใช้ยาชะลอการสูญเสียความสามารถของสมอง ในผู้ป่วยบางราย การใช้ยาจะทำให้อาการของโรคชะลอลง ทำให้สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ดีขึ้น และอยู่ร่วมกับครอบครัวได้นานขึ้นโดยมีคุณภาพชีวิตที่ดี
- แนะนำดูแลให้ผู้ป่วยคงสภาพเดิมมากที่สุด
- อาหารเหมาะสม
- การออกกำลังกาย



ไต่ยินว่ามียาช่วยในเรื่องความจำของ ผู้ป่วยสมองเสื่อม จริงไหม

จริง ในขณะที่มียาที่มีผลต่อความจำของผู้ป่วยสมองเสื่อม ทั้งสมองเสื่อมจากอัลไซเมอร์ สมองเสื่อมจากหลอดเลือดสมอง

ยาทำให้ความจำของคนไข้กลับมาเป็นปกติได้ไหม

ไม่ได้ ยาจะช่วยชะลอการสูญเสียความจำของผู้ป่วยให้ช้าลง สามารถดูแลตนเอง ทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ได้นานขึ้น แต่จะไม่สามารถให้กลับมาจำได้ดีเท่าเดิม ถ้าได้ยาตั้งแต่ในระยะแรก ๆ ของโรค จะทำให้การดำเนินโรคของผู้ป่วยช้ากว่ากลุ่มที่ไม่ได้ยา แต่อย่างไรก็ตาม ถ้าโรคดำเนินไปมากขึ้นจนเมื่อสมองฝ่อหายไปอย่างมาก ยาก็จะไม่มีประโยชน์อีกต่อไป

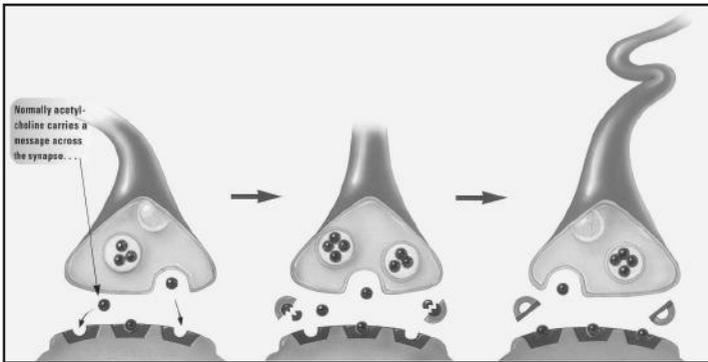
ยาที่ช่วยเรื่องความจำนี้ออกฤทธิ์อย่างไร

ยาออกฤทธิ์โดยการลดการทำลายของสารสื่อประสาทที่ช่วยเรื่องความจำ ทำให้สารสื่อประสาทเหลืออยู่มากขึ้นกว่าตอนที่ไม่ได้กินยา

จะเล่ารายละเอียดการทำงานของสมองในเรื่องความจำพอเป็นสังเขป

เมื่อสมองทำงานเกี่ยวกับความจำ (จะเป็นการจำเข้าไปใหม่ หรือเอาความจำเก่าที่เคยจำไว้แล้วออกมาใช้ก็เหมือนกัน) สมองจะปล่อยสารสื่อประสาทออกมาจากเซลล์ประสาทตัวบน (ตัวที่ 1) สารสื่อประสาทเหล่านี้จะเดินทางจากเซลล์ตัวที่ 1 ไปที่เซลล์ตัว

ที่ 2 เพื่อกระตุ้นให้มีความจำเกิดขึ้น ในระหว่างการเดินทางจากตัวที่ 1 ตัวที่ 2 สารสื่อประสาทจะถูกทำลายไปจำนวนหนึ่ง ยาจะไปสกัดกั้นตัวทำลายสารสื่อประสาท ทำให้สารสื่อประสาทไปถึงเซลล์ประสาทตัวที่ 2 มากที่สุดเท่าที่มีอยู่ ดังนั้นเวลากินยาช่วงแรกจะรู้สึกว่าการจำของคนไข้อัลไซเมอร์จะดีขึ้นและจะค่อย ๆ ลดลงไปเรื่อย ๆ ซ้ำ ๆ



คนปกติจะเอายามากินเพื่อป้องกันสมองเสื่อมได้ไหม

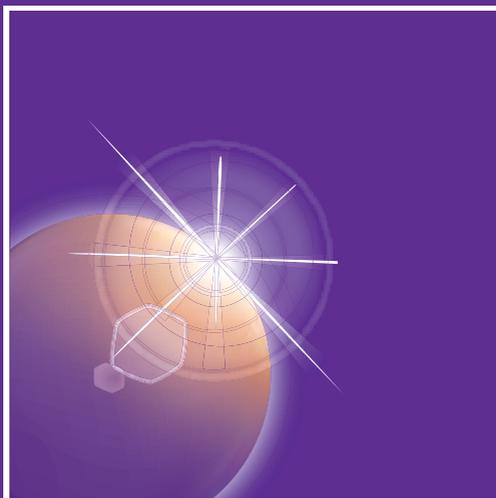
ไม่ได้ ยาไม่ช่วยเพิ่มความจำหรือป้องกันสมองเสื่อม ในคนปกติมีสารสื่อประสาทจำนวนมากมาย ถึงแม้จะถูกทำลายไปบ้างระหว่างการเดินทางเพื่อไปทำงานจากตัวที่ 1 ไปที่ตัวที่ 2 จำนวนที่เหลืออยู่ก็มากเกินพอ ถึงกินยาไปยับยั้งการทำลายสารสื่อประสาท จำนวนสารสื่อประสาทที่มีมากขึ้นก็ถือว่าน้อยมาก ๆ เมื่อเทียบกับที่มีอยู่ตามปกติ ต่างจากในผู้ป่วยสมองเสื่อม เซลล์สมองเสื่อมสลายไปตัวเซลล์ที่มีหน้าที่สร้างสารสื่อประสาทมาใช้ทำงานเรื่องความจำลดลงมาก จึงสร้างสารสื่อประสาทได้น้อยจนไม่พอใช้ความจำจึงเสื่อม เมื่อให้ยาไปลดการทำลายระหว่างทางลงสารที่เหลือจึงทำงานเพิ่มขึ้นจึงดูว่าอาการดีขึ้น

คนไข้สมองเสื่อมพวกไหนจะใช้ยากลุ่มลดการทำลาย สารสื่อประสาทได้ผล

ส่วนมากเป็นคนไข้อัลไซเมอร์หรือสมองเสื่อมจากหลอดเลือดเสื่อมที่อยู่ในขั้นแรกถึงระยะกลาง ยาจะทำให้คนไข้สามารถกระทำกิจวัตรประจำวันและช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้น เป็นการแบ่งเบาภาระของผู้ดูแล ระยะหลังพบว่ายาอาจจะช่วยความจำของคนไข้สมองเสื่อมจากหลอดเลือดได้ด้วย

“ **สรุป** ผู้ป่วยสมองเสื่อมเป็นผู้ป่วยที่น่าสงสาร และในความเป็นจริงแล้วญาติผู้ดูแลผู้ป่วยก็น่าสงสาร ควรได้รับความเห็นอกเห็นใจไม่น้อยกว่ากัน อาการของผู้ป่วยแต่ละคนและแต่ละวันจะไม่เหมือนกัน การดูแลต้องอาศัยความเข้าใจ ความรัก และความอดทนอย่างมากๆ อย่างไม่รู้จบ การดูแลผู้ป่วยไม่ใช่สิ่งเลวร้ายเสมอไป ถ้าเข้าใจและทำให้ผู้ป่วยดีมีความสุข สิ่งนั้นคือ รางวัลสำหรับผู้ดูแลนั่นเอง ”





สนับสนุนโดย

 **NOVARTIS**

บริษัท โนวาร์ตีส (ประเทศไทย) จำกัด