



กรมการแพทย์
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000 โทร. 0-25918254 โทรสาร 0-2591-8266

e-mail : pr_dms@yahoo.co.th www.dms.moh.go.th



แพทย์ชี้ เวียนศีรษะบ้านหมุน ไม่ใช่เรื่องเล่น อาการเตือนนำสู่โรคร้าย

สถาบันประสาทวิทยา กรมการแพทย์ เผยอาการเวียนศีรษะบ้านหมุน พบได้บ่อยในทุกเพศทุกวัย หากเกิดอาการไม่ควรซื้อยามากินเอง เพราะบางครั้งอาการเวียนศีรษะอาจเป็นสัญญาณเตือนเบื้องต้นของโรคอื่น ๆ ได้

นายแพทย์ภาสกร ชัยวานิชศิริ รองอธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า อาการบ้านหมุน เป็นปัญหาสุขภาพที่สร้างความรำคาญและกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมาก ทำให้ผู้ป่วยที่มีอาการเวียนศีรษะระหว่างทำงานหรือทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักรอาจเกิดอันตรายได้ อาการที่พบได้บ่อย คือ เวียนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม ทรงตัวลำบาก บ้านหมุนคล้ายกับสิ่งแวดลอมรอบตัวหมุน หรือ รู้สึกว่าตัวเองหมุนทั้งที่ไม่มีอาการเคลื่อนไหว อาจมีอาการทางหูร่วมด้วย เช่น หูอื้อ มีเสียงในหู เป็นต้น

สาเหตุของอาการบ้านหมุน หู มักเกิดจากสาเหตุของหูชั้นใน หรือระบบประสาทก็ได้ โดยทั่วไป ถ้ามีอาการเวียนศีรษะรุนแรง ผู้ป่วยมักจะไม่สามารถเคลื่อนไหวศีรษะได้ หรืออาการเลวลงเมื่อมีการขยับหรือเปลี่ยนตำแหน่งของศีรษะ ร่วมกับอาการคลื่นไส้ อาเจียน หูอื้อ หรือมีเสียงดังใน เช่น น้ำในหูไม่เท่ากันหรือหินปูนในหูหลุด คนส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าอาการบ้านหมุนเกิดจากน้ำในหูไม่เท่ากัน แต่จากการศึกษาพบว่า มีเพียงร้อยละ 50 ที่เกิดจากความผิดปกติของหูชั้นใน เช่น โรคน้ำในหูไม่เท่ากัน พบร้อยละ 10 โดยผู้ป่วยจะมีอาการบ้านหมุน หูอื้อ ร่วมกับการได้ยินของหูข้างนั้นลดลง ส่วนอาการเวียนศีรษะจากสาเหตุของโรคทางระบบประสาท เช่น โรคหลอดเลือดสมอง มักมีอาการเวียนศีรษะทันทีทันใด โดยที่มีความรุนแรงไม่มาก ร่วมกับมีอาการทางระบบประสาทร่วมด้วย เช่น ตาเหล่หรือเห็นภาพซ้อน พูดไม่ชัด ปากเบี้ยวแขนขาชาหรืออ่อนแรง เดินลำบาก หรือทรงตัวไม่ได้ ถ้ามีอาการเหล่านี้ ให้รีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจอย่างละเอียดทันที ส่วนสาเหตุอื่น ๆ ของการเวียนศีรษะอาจเกิดจาก เช่น อาการเมาเรือ เมาเร็ว หรือปวดศีรษะไมเกรนได้

ดังนั้นการวินิจฉัยโรคที่ถูกต้อง จึงมีความสำคัญกับผู้ป่วย เพราะถ้าได้รับการรักษาในระยะแรกจะได้ผลดี หากสงสัยว่าตนเองมีความผิดปกติ รู้สึกเวียนศีรษะ บ้านหมุน โดยที่ไม่เคยเป็นมาก่อน หรือมีประวัติโรคหู ควรไปพบแพทย์ เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยหาสาเหตุและรับการรักษาที่ถูกต้อง

รองอธิบดีกรมการแพทย์กล่าวเพิ่มเติมว่า สำหรับรายที่มีอาการเวียนศีรษะและอาเจียนมากๆ จะทำให้ร่างกายสูญเสีย น้ำและเกลือแร่อย่างรวดเร็ว ส่งผลทำให้ความดันในเลือดต่ำและอาจเกิดภาวะช็อก ทำให้เกิดอันตรายได้ ทั้งนี้เมื่อมีอาการเวียนศีรษะบ้านหมุนขณะทำกิจกรรมต่างๆ ควรหยุดนั่งพัก เพื่อป้องกันการหกล้ม กรณีที่มีอาการเวียนศีรษะหรือบ้านหมุนมากๆ ควรนอนพักสักครู่ จนอาการดีขึ้นหรือนั่งพัก หลับตา และรีบไปพบแพทย์ นอกจากนี้ ควรหลีกเลี่ยงปัจจัยที่กระตุ้นให้อาการเลวลง เช่น การหันศีรษะไวๆ การเปลี่ยนอิริยาบถอย่างรวดเร็ว การก้ม เงยคอนานๆ ความเครียด วิตกกังวล อดนอน เป็นต้น ควรงดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ รวมถึงรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ พักผ่อนให้เพียงพอ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ จะช่วยลดความเสี่ยงที่จะเกิดโรคได้

-ขอขอบคุณ-

6 กุมภาพันธ์ 2561