



# ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข  
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000 โทร. 0-2591-8254 โทรสาร 0-2591-8266  
E-mail : prdms2011@hotmail.com , pr\_dms@yahoo.co.th

## แพทย์แนะยึดหลัก FAST รู้เร็ว ลดเสี่ยง เลี่ยงอัมพาต

สถาบันประสาทวิทยา กรมการแพทย์แนะสังเกตสัญญาณเตือนโรคหลอดเลือดอัมพาตด้วยหลัก FAST หากพบความผิดปกติรีบพบแพทย์โดยเร็ว ช่วยลดความพิการและเสียชีวิต

นายแพทย์ สมศักดิ์ อรรฆศิลป์ อธิบดี กรมการแพทย์ เปิดเผยว่า วันที่ 29 ตุลาคม ของทุกปี องค์การอนามัยโลก ได้กำหนดให้เป็นวันอัมพาตโลก เพื่อให้ประชาชนเกิดความตื่นตัวในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองหรือที่เรียกกันโดยทั่วไปว่าโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต ซึ่งเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตอันดับต้นๆ ของประชากรไทย และมีแนวโน้มผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นในทุกๆ ปี หากรู้จักวิธีดูแลและหมั่นสำรวจความผิดปกติของร่างกายอยู่เสมอ จะสามารถป้องกันและลดความรุนแรงของโรคได้ จากการรายงานการศึกษาร่วมกันระหว่างกระทรวงสาธารณสุขและองค์การอนามัยโลก โรคหลอดเลือดสมองเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับ 1 ทั้งเพศชายและหญิง โดยสัญญาณเตือนที่บ่งบอกว่ามีโอกาสเกิดโรคอัมพาตหรือโรคหลอดเลือดสมอง ประกอบด้วย ตัวย่อ FAST ดังนี้ F : Face คือ ผู้ป่วยจะมีอาการปากเบี้ยว หลับตาไม่สนิท A : Arm คือ อาการอ่อนแรงของแขนขา ซีกใดซีกหนึ่งของร่างกาย S : Speech คือ พูดลำบากพูดไม่ชัด ลิ้นแข็ง T : Time คือ เวลาซึ่งทุกนาทีที่ผู้ป่วยได้รับการรักษาที่ล่าช้าจะมีผลกระทบต่ออัตราการตายของเซลล์สมองถึง 2 ล้านเซลล์

นายแพทย์อุดม ภู่วโรดม ผู้อำนวยการสถาบันประสาทวิทยา กรมการแพทย์ กล่าวเพิ่มเติมว่า สัญญาณเตือน FAST เป็นสิ่งสำคัญที่ควรต้องจำ หากมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งข้างต้นซึ่งอาการ จะเกิดขึ้นทันทีทันใด ให้รีบไปโรงพยาบาลทันที ทั้งนี้ หาก พบอาการข้างต้นและไปโรงพยาบาลภายใน 3 ชั่วโมง จะสามารถรักษาชีวิตและฟื้นฟูให้กลับมาเป็นปกติ หรือใกล้เคียงได้มากที่สุด สำหรับแนวทางการป้องกันและการ ลดความเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองคือการรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ หลีกเลี่ยงอาหารรสเค็มจัด ไขมันสูง รวมทั้งออกกำลังกายสม่ำเสมอ ควบคุมน้ำหนัก งดสูบบุหรี่และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่สำคัญคือ ตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี เพื่อค้นหาปัจจัยเสี่ยง ในกรณีที่มีปัจจัยเสี่ยงหรือผู้ที่เป็นโรคนี้อยู่แล้วต้องรักษาและพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะช่วยลดอัตราการเสียชีวิตและความเสี่ยงจากความพิการลงได้

\*\*\*\*\*