

ภาวะสมองเสื่อม



สาเหตุของสมองเสื่อม

๑. สมองเสื่อมจากวัยชรา มักพบในคนสูงอายุน้อย ๖๕-๗๐ ปีขึ้นไป
๒. โรค อัลไซเมอร์ เป็นภาวะสมองเสื่อม ที่เกิดขึ้นก่อนวัยอันควร คืออายุไม่เกิน ๖๕ ปี
๓. โรคสมองเสื่อมที่เกิดจาก เลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ คนที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูงมานาน โดยไม่ควบคุมให้ดี มักมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคนี้อย่างง่าย
๔. ภาวะ เลือดคั่งในสมอง หรือเนื้องอกในสมอง
๕. ภาวะขาดวิตามิน บี ๑๒ พบได้น้อย มักพบในคนที่ขาดอาหาร
๖. โรคติดเชื้อที่มีผลทางสมอง เช่น ซิฟิลิส ไวรัสสมองอักเสบ ไวรัสเอดส์
๗. สมองเสื่อมจากการติดเชื้อราเรื้อรังนานๆ
๘. ภาวะที่เกิดตามหลังการขาดออกซิเจน เช่น มีอาการชักซ้ำติดต่อกันนานๆ หรือภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ เป็นเวลานานๆ

อาการของสมองเสื่อม

คนที่สมองเสื่อม จะต้องมีปัญหาเรื่องความจำเสื่อม ร่วมกับความสามารถของสมองส่วนอื่นๆ เสื่อมไปด้วย อาการที่พบในช่วงแรก ได้แก่

- เล่าเรื่องเดิมซ้ำแล้วซ้ำอีก
- เก็บของผิดที่ เช่น เอา กุญแจบ้านไปใส่ไว้ในตู้เย็น
- ลืมสิ่งที่เคยเรียนรู้ ปฏิเสธว่าไม่เคยทำ ไม่รู้เรื่อง
- แก้ปัญหาไม่ได้ทั้งที่เป็นเรื่องไม่ยากนัก
- งานที่เคยทำเดิมๆ ก็เริ่มมีปัญหา เช่น ใส่กางเกงกลับหน้ากลับหลัง
- หมดความคิดริเริ่ม
- อารมณ์แปรปรวนโดยไม่มีสาเหตุ
- เสียความจำในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไม่นาน ในคนที่สมองเสื่อมชนิดอัลไซเมอร์ อาการเหล่านี้มักเกิดขึ้นช้าๆ แต่อาจพบกะทันหันในคนที่สมองเสื่อม จากปัญหาหลอดเลือดแดงในสมอง และทุกคนไม่จำเป็นต้องมีอาการทุกอย่าง อาจมีเฉพาะบางอาการก็ได้ และจะมีมากขึ้นเรื่อยๆ บางทีดูเหมือนคงที่อยู่สักระยะหนึ่ง แต่มักจะเลวลงต่อไป

วิธีการรักษาภาวะสมองเสื่อม

ส่วนใหญ่จะแก้ไขให้ดีขึ้นได้ยาก การป้องกันในสิ่งที่ทำได้ย่อมเป็นสิ่งที่ดีที่สุด เช่น ควบคุมความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมัน ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติอย่างสม่ำเสมอ ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า หลีกเลี่ยงสารเสพติด ซึ่งจะมีผลทำลายสุขภาพในระยะยาว ทำจิตใจให้สดชื่น แจ่มใสอยู่เสมอ มีความรัก ความเข้าใจ ความอบอุ่นในครอบครัว ยอมรับสภาพตามความเป็นจริงเพียงเท่านี้ ก็สามารถทำให้ชีวิต มีความสุขได้ระดับหนึ่ง

