

โรคอัลไซเมอร์ภัยร้ายใกล้ตัวคุณ

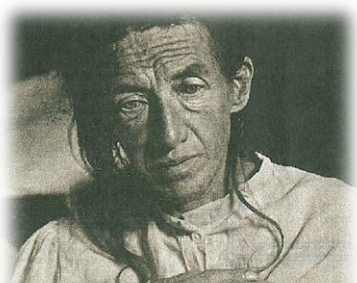
โรคนี้ค้นพบเมื่อพ.ศ. 2449(ค.ศ. 1906) โดยจิตแพทย์ชาวเยอรมันชื่อว่า อาลอยส์ อัลไซเมอร์(Alois Alzheimer) และถูกตั้งชื่อตามท่าน

สาเหตุ

โรคนี้อาจจะเกิดในผู้สูงอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป และอาจจะพบในคนที่มีอายุน้อยกว่านี้ก็ได้ คณะผู้วิจัยจากคณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้ รายงานเมื่อเร็ว ๆ นี้ว่า พวกเขาได้ใช้ยาหยอดตาที่ชื่อว่า โทรพิกาไมด์ (tropicamide) ซึ่งปกติจักษุแพทย์ใช้ขยายม่านตาค่อนจะตรวจจ้องรับภาพ พบว่าคนไข้อัลไซเมอร์มีการตอบสนองต่อยานี้เร็วกว่าปกติ (highly sensitive) ในการตรวจศพ ส่วนสมองของคนไข้เสียชีวิตจากโรคอัลไซเมอร์ จะพบ " plaques" เป็นปื้นๆ ประกอบไปด้วยกลุ่มของเส้นประสาทที่เสีย หรือถูกทำลายไปแล้ว และพบเซลล์ " dendrites" อยู่รอบๆ บริเวณที่ติดสีแดง (amyloid) และในพื้นที่เดียวกันนั้นจะเป็น " tangle" ซึ่งเป็นใยประสาทที่ยู่เหยิงเป็นบริเวณในพื้นที่ ของสมองที่เสีย สิ่งที่เราพบดังกล่าวยังแพทย์ใช้เป็นหลักในการวินิจฉัยโรคอัลไซเมอร์

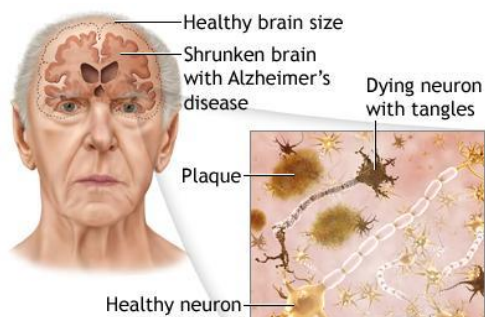
อาการ

อาการจะเริ่มเป็นตอนอายุ 65 ปี แต่บางรายเป็นเร็วกว่านั้นอาจจะเริ่มตอนอายุ 40 ปีอาการเริ่มเป็นใหม่ๆ จะมีการขี้ลืม และสูญเสียสมาธิ ซึ่งอาการแรกๆจะวินิจฉัยยากเพราะอาการนี้ก็เป็นกับผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ การดำเนินโรคจะค่อยเป็นค่อยไป และทรุดลงในช่วงระยะ 1-3 ปี มีปัญหาเรื่องวันเวลาสถานที่ และอาจหลงทางกลับบ้านไม่ถูก ลืมชื่อญาติสนิท หวาดระแวง สับสน โดยเฉพาะกลางคืนอาจไม่นอนทั้งคืน จะออกนอกบ้าน และมีพฤติกรรมก้าวร้าว



ออกุสต์ เด.
(Auguste D) ผู้ป่วย
โรคอัลไซเมอร์ราย
แรกที่ได้รับการ
วินิจฉัย โดยอา
ลอยส์ อัลไซเมอร์
เมื่อ ค.ศ. 1901

ที่มา http://en.wikipedia.org/wiki/Alzheimer's_disease



พบ " plaques" เป็นปื้นๆ ประกอบไปด้วยกลุ่ม
ของเส้นประสาทที่เสีย หรือถูกทำลายไปแล้ว

ที่มา <http://vatchainan2.blogspot.com/2012/12/about-alzheimers-disease-1.html>





แนววิธีป้องกัน “อัลไซเมอร์”

- ✓ การรับประทานอาหารบางชนิดเป็นประจำ เช่น ผักและผลไม้สด ธัญพืชต่างๆ น้ำมันมะกอก ปลา ไขมันแดง รวมไปถึงอาหารที่มีวิตามินบี 12 วิตามินซี และกรดโฟลิกสูง อาจช่วยลดโอกาสเกิดโรคได้
- ✓ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง อาหารเค็มจัด หวานจัด อาหารจานด่วนต่างๆ เพราะเป็นอาหารที่ทำให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน
- ✓ หมั่นออกกำลังกายสม่ำเสมอ เพื่อลดโอกาสการเป็นโรคไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ทำให้เลือดไหลเวียนดี เพิ่มออกซิเจนไปเลี้ยงสมอง รวมไปถึงการนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ จัดการกับความเครียด เช่น การนั่งสมาธิ

จัดทำโดย

กลุ่ม 2 คณะสาธารณสุขศาสตร์ (อนามัยชุมชน)

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| 1. นายธนภูมิ รักปรางค์ | รหัสนิสิต 54470052 |
| 2. นางสาวธัญชนก รัตนทองสาย | รหัสนิสิต 54470069 |
| 3. นางสาวเนตรนภา จันทรา | รหัสนิสิต 54470076 |
| 4. นางสาวพนิดา มีศิริ | รหัสนิสิต 54470083 |
| 5. นางสาวพนิตพร เงินตาสูง | รหัสนิสิต 54470090 |
| 6. นางสาวพิสมัย กลิ่นพงษ์ | รหัสนิสิต 54470113 |
| 7. นางสาวภัทรสุดา สุวรรณ | รหัสนิสิต 54470120 |

“ผลงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนในรายวิชา พยาธิวิทยา (405213) ปีการศึกษา 2555”

อ้างอิง

Braunwald , Fauci, Kasper, Hauser, Longo, Jameson (eds), McGrawHill. **Alzheimer's disease**. (2008) (electronic book) สืบค้นเมื่อ 7 กุมภาพันธ์ 2556, จาก [http:// haamor.com/th](http://haamor.com/th)

นพ.เชษฐชัย เสือวรรณศรี.(2556).**โรคอัลไซเมอร์**(ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2556, จาก <http://www.thaiclinic.com/alzheimer.html>

siamhealth.(2556). **โรคสมองเสื่อม**(ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 31 มกราคม 2556 , จาก http://www.siamhealth.net/public_html