

12. รายละเอียดของรายงานฉบับสมบูรณ์

12.1 บทนำ

โรคความดันโลหิตสูงเป็นสภาวะทางการแพทย์ที่มีความดันโลหิตสูงกว่าระดับปกติแบบเรื้อรัง และเป็นโรคสำคัญที่ก่อให้เกิดปัญหาทางด้านสาธารณสุขของทุกประเทศทั้งที่พัฒนาแล้วและประเทศที่กำลังพัฒนา ผู้ป่วยมักไม่มีอาการหรืออาการแสดงในระยะแรก แต่มักมีอาการหรืออาการแสดงเมื่อโรคเป็นมากแล้วทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่ทำให้เป็นอันตรายต่อหัวใจ ตา ไต และสมอง โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หายขาดทำให้มีผลกระทบต่องานทั้งตัวผู้ป่วยเองและครอบครัว ส่งผลต่อเศรษฐกิจมากที่สุดโรคหนึ่ง ในปี ค.ศ. 1999 หน่วยงานในการจัดแบ่งระดับความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูง 2 แห่ง คือ The Joint National Committee (JNC) on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure ในประเทศสหรัฐอเมริกา และ The World Health Organization-International Society of Hypertension (WHO-ISH) ได้ระบุว่าความดันโลหิตสูงคือ ภาวะที่ผู้ป่วยมีค่าความดันโลหิต systolic ตั้งแต่ 140 มิลลิเมตรปรอท ขึ้นไป และ/หรือ มีค่าความดันโลหิต diastolic ตั้งแต่ 90 มิลลิเมตรปรอท ขึ้นไป ในผู้ที่ไม่ได้ใช้ยาลดความดันโลหิต

ความดันโลหิตสูงส่วนใหญ่เกิดโดยไม่ทราบสาเหตุที่ชัดเจนโดยประมาณร้อยละ 5 จะทราบสาเหตุที่ทำให้ความดันสูง เช่น ไตวาย หลอดเลือดแดงที่ไปเลี้ยงไตตีบ หรือมีเนื้องอกที่ต่อมหมวกไต ดังนั้นการแก้ไขที่สาเหตุ เช่น การตัดเนื้องอกทิ้ง หรือขยายหลอดเลือดแดงของไตซึ่งตีบด้วยบอลูนจะสามารถทำให้ความดันสูงหายขาดได้และไม่จำเป็นต้องใช้ยาลดความดันอีกต่อไป แต่ส่วนใหญ่แล้วความดันสูงชนิดที่ไม่หายขาด จำเป็นต้องใช้ยาลดความดันควบคุมไปตลอด ซึ่งปัจจัยที่เชื่อว่าทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูงเกิดจาก 2 ปัจจัยใหญ่ คือ

1. กรรมพันธุ์ ซึ่งเป็นปัจจัยที่แก้ไขไม่ได้ จากหลักฐานทางระบาดวิทยา พบว่าผู้ที่มีบิดา หรือมารดา หรือทั้งบิดาและมารดาเป็นโรคความดันโลหิตสูง มีโอกาสเป็นโรคความดันโลหิตสูงได้มากกว่าผู้ที่บิดามารดาไม่เป็น นอกจากนี้ผู้สูงอายุก็มีโอกาส เป็นความดันโลหิตสูง เมื่ออายุมากขึ้นเช่นกัน
2. สิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นปัจจัยที่แก้ไขได้ เช่น ภาวะอ้วน เบาหวาน การรับประทานอาหารเค็ม การดื่มสุรา และสูบบุหรี่ ภาวะเครียด เป็นต้น ฯลฯ

การแบ่งระดับความดันโลหิตในผู้ใหญ่ที่อายุมากกว่า 18 ปีดูได้ตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การแบ่งระดับความดันโลหิต

ประเภท	ค่าความดันโลหิต Systolic (มิลลิเมตรปรอท)	ค่าความดันโลหิต Diastolic (มิลลิเมตรปรอท)
ดีที่สุด (optimal)	<120	<80
ปกติ	<130	<85
ค่อนข้างสูง (high-normal)	130-139	85-89
ความดันโลหิตสูง		
ขั้น (Grade) 1 (“เล็กน้อย”)	140-159	90-99
กลุ่มย่อย: กำลัง	140-149	90-94
ขั้น (Grade) 2 (“ปานกลาง”)	160-179	100-109
ขั้น (Grade) 3 (“รุนแรง”)	≥180	≥110
Isolated Systolic Hypertension	≥140	<90
กลุ่มย่อย: กำลัง	140-149	<90

หมายเหตุ : ผู้ป่วยที่มีค่าความดันโลหิตตัวบนและล่างอยู่ในระดับที่แตกต่างกัน ให้ถือเอาค่าที่อยู่ในระดับที่สูงมาใช้

ทั้งนี้การที่ผู้ป่วยมีความดันโลหิตสูงระดับอ่อนหรือระดับปานกลางซึ่งมักไม่ปรากฏอาการใดๆ อยู่เป็นเวลานาน หรือผู้ที่มีความดันโลหิตสูงที่ไม่ได้รับการรักษาหรือควบคุมให้อยู่ในระดับเป้าหมาย คือ ค่าตัวล่างต่ำกว่า 90 มิลลิเมตรปรอท และค่าตัวบนต่ำกว่า 140 มิลลิเมตรปรอท จะเกิดการ ทำลายอวัยวะต่างๆ อย่างช้าๆ ที่ละน้อย โดยเฉพาะหัวใจ สมอง ไต และตา จนทำให้เกิด ภาวะแทรกซ้อนจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดในสมองตีบ (ischemic stroke) โรคหัวใจ (heart disease) โรคไตวาย (kidney failure) โรคเส้นเลือดแดงใหญ่โป่งพอง (aneurysm) และอัมพาต (paralysis) เป็นต้น โดยความดันโลหิตสูงที่เป็นอยู่นานจะทำให้ผนังหลอดเลือดแดงหนา ตัวขึ้น และรูหลอดเลือดเล็กลง ทำให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่างๆ ลดลง ทำให้อวัยวะเหล่านี้ทำงานหนัก ขึ้นและถูกทำลาย หากรุนแรงก็อาจทำให้เสียชีวิตโดยฉับพลันได้ โดยในกรณีที่อาการของโรคความดัน โลหิตสูงไม่รุนแรง การเปลี่ยนแปลงวิถีการดำรงชีวิตสามารถช่วยลดความดันโลหิตได้ ส่วนอาการ ความดันโลหิตสูงอย่างรุนแรง ผู้ป่วยอาจเกิดอาการเหล่านี้ขึ้นได้ เช่น เลือดกำเดาออก ตามองไม่เห็น ข้างหนึ่ง บางรายอาจมีอาการจะมีอาการ มึนงง ตาพร่ามัว ปวดศีรษะตรงท้ายทอย มักจะปวด ตอน ตื่นนอน เหนื่อยง่าย แน่นหน้าอก นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย บางราย เลือดกำเดา ออกบ่อย ๆ ชั่วคราว เหนื่อยง่าย เจ็บหน้าอก เวียนศีรษะ ปวดศีรษะตุบๆ เป็นต้น แต่อาการเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องเป็นโรค ความดันโลหิตสูง เพราะอาจเกิดจากสาเหตุอื่นเช่น ไข้ เครียด ไมเกรน เป็นต้น