

สาเหตุของความดันโลหิตสูงที่คาดไม่ถึง

■ นำเสนอเมื่อ 9 ธ.ค. 2556

สาเหตุของความดันโลหิตสูง (หมอชาวบ้าน)

โดย นพ.พินิจ ลิ้มสุคนธ์

ปัจจุบันนี้เกือบทุกคนที่เป็นผู้ใหญ่อายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไปเคยกับโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งประกอบด้วยมีความดันโลหิตที่มีค่าสูงเกินปกติ และมีผลกระทบต่ออวัยวะต่าง ๆ โดยเฉพาะหัวใจและหลอดเลือด

หัวใจจะทำงานหนักขึ้นเพราะต้องสูบน้ำเลือดแรงขึ้น ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจหนาขึ้น หัวใจโตและหัวใจล้มเหลวตามมา หลอดเลือดแดงทั่วทั้งตัวจะมีผนังหนาขึ้น โดยเฉพาะหลอดเลือดแดงขนาดเล็กที่อยู่ในเนื้อเยื่อต่าง ๆ จะได้รับผลกระทบรุนแรงที่สุด จึงเกิดการเสื่อมของผนังหลอดเลือดเหล่านี้ ซึ่งจะนำไปสู่การตีบตันหรือแตก และอวัยวะที่เกี่ยวข้องของเกิดความเสียหายและขาดเลือดหรือมีเลือดออก

ความผิดปกติที่เกิดขึ้นเป็นผลของการเปลี่ยนแปลงทั้งทางฟิสิกส์ คือ ความดันหรือแรงดันในหลอดเลือดสูงขึ้น และการเปลี่ยนแปลงทางชีวเคมี คือ การที่เซลล์ของผนังหลอดเลือดมีความผิดปกติ เกิดการเสื่อมและมีการอักเสบเรื้อรัง ซึ่งจะนำไปสู่การเกิดไขมันจับผนังหลอดเลือด และมีการตีบตันหรืออุดตัน ทำให้เกิดโรคเบาหวาน หรือการควบคุมเบาหวานยากขึ้น เกิดภาวะแทรกซ้อนง่ายขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางชีวเคมีนี้เป็นเรื่องที่เราเข้าใจยากและถูกมองข้ามไป แพทย์ส่วนใหญ่จึงให้ความสำคัญเพียงแค่อ่านความดันโลหิตที่วัดได้ซึ่งไม่ถูกต้องนัก

นอกจากการมองข้ามผลกระทบทางชีวเคมี ทั้งแพทย์และผู้ป่วยส่วนใหญ่ยังละเลยการสืบค้นหาสาเหตุของความดันโลหิตสูง ถึงแม้ว่าผู้ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงเกือบทั้งหมดจะไม่มีสาเหตุที่แน่ชัด โดยมากจะมีปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ เช่น อายุมาก กรรมพันธุ์ การสูบบุหรี่ การบริโภคเกลือเป็นประจำ เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง และความเครียด แต่มีผู้ป่วยบางรายที่มีสาเหตุและบางรายก็ไม่สามารถแก้ไขได้ ทำให้ไม่ต้องพยายามควบคุมความดันโลหิตไปตลอด ซึ่งสาเหตุต่าง ๆ มีดังนี้

โรคไต ได้แก่ ไตพิการเรื้อรัง หรือหลอดเลือดแดงของไตตีบตัน ซึ่งการตรวจร่างกายจะต้องตรวจหารอยของไตพิการ

และต้องฟังที่ห้องและเอวว่ามีเสียงฟู่ของหลอดเลือดตีบหรือไม่ ต้องตรวจเลือด ตรวจปัสสาวะ และตรวจไตด้วยวิธีพิเศษ เช่น อัลตราซาวนด์ เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ หรือตรวจด้วยสนามแม่เหล็ก

โรคของต่อมไร้ท่อ โดยเฉพาะต่อมหมวกไต ซึ่งจะผลิตฮอร์โมนบางอย่างทำให้เกิดความดันโลหิตสูง ผู้ป่วยมักจะมีอาการดันโลหิตสูงมากเป็นพัก ๆ หรือมีความดันโลหิตสูงร่วมกับภาวะโพแทสเซียมในเลือดต่ำ ทำให้กล้ามเนื้ออ่อนกำลังเป็น ๆ หาย ๆ การตรวจวินิจฉัย คือ การตรวจฮอร์โมนและการใช้อัลตราซาวนด์ เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ หรือการตรวจด้วยสนามแม่เหล็ก

นอกจากนี้ ผู้ที่มีโรคของต่อมหมวกไตอาจเกิดอาการผิดปกติที่มีลักษณะพิเศษ คือ ความดันโลหิตสูง อ้วนบางส่วน คือหน้ากลมคล้ายดวงจันทร์ ท้องโต หลังนูนเป็นหนอก แต่แขนขาลีบเล็กลงอ่อนกำลัง มีนิ้วดกขึ้นหรือมีขนที่ใบหน้ามากขึ้น บวมทั้งตัวแต่ไม่มาก ท้องลายเป็นสีม่วงจาง ๆ ต่างจากคนตั้งครรภ์หรือคนอ้วนทั่วไปที่ลายซีด ๆ

โรคหลอดเลือดแดงใหญ่ในอกตีบแคบมาแต่กำเนิด หรือหลอดเลือดขนาดใหญ่อีกเสบเรื้อรังจนตีบตัน ตรวจร่างกายพบชีพจรแขนขาแรงไม่เท่ากัน หรือชีพจรบางแห่งเบาผิดปกติ การวัดความดันโลหิตจึงต้องวัดเทียบกันทั้งแขนขวากับแขนซ้ายและแขนกับขา

สาเหตุจากยา ได้แก่ ยาากลุ่มสเตียรอยด์ ยาด้านการอักเสบ (เช่น ยาแก้ปวดข้อ ข้ออักเสบ) ยาที่มีฤทธิ์หดหลอดเลือด (เช่น ยาแก้คัดจมูก และยาที่กระตุ้นระบบประสาทอัตโนมัติบางอย่าง) จึงต้องตรวจสอบการใช้ยาของผู้ป่วยด้วย แมแต่ยาสมุนไพรบางอย่างก็มีสารสเตียรอยด์ หรือมีฤทธิ์ต้านการอักเสบ ซึ่งอาจเป็นสาเหตุได้เช่นกัน (เช่น ชะเอม)

ดังนั้น ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกคน ควรสอบถามแพทย์ที่ตรวจรักษาตนดังนี้

สาเหตุของความดันโลหิตสูงของตนคืออะไร จะเกิดจากโรคไต โรคต่อมหมวกไต โรคหลอดเลือด หรือเกิดจากยาใดหรือไม่

ผลกระทบที่เกิดจากความดันโลหิตสูงคืออะไร ต่อไปจะมีปัญหาเกี่ยวกับหัวใจและอวัยวะอื่น ๆ หรือไม่ จะทราบได้อย่างไร รวมถึงจะป้องกันและแก้ไขอย่างไร

ผู้ป่วยรายหนึ่ง เป็นชายไทยวัยทำงาน มาพบผู้เขียนด้วยอาการปวดศีรษะรุนแรงเป็นพัก ๆ ตรวจพบว่าขณะปวดศีรษะผู้ป่วยจะมีความดันโลหิตสูงขึ้นมา และลดลงเป็นปกติพร้อม ๆ กับหายปวดศีรษะ ลักษณะเช่นนี้สงสัยว่าจะเป็นเรื่องอกชนิดหนึ่งของต่อมหมวกไต จึงได้ตรวจฮอร์โมนและทำอัลตราซาวนด์ของผลออกมาปกติ

แต่เนื่องจากยังข้องใจอยู่จึงส่งตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ ปรากฏว่ามีเนื้องอกของปมประสาทของต่อมหมวกไต (เป็นชนิดเดียวกับเนื้องอกของต่อมหมวกไต) ซึ่งจะทำให้ความดันโลหิตสูงเป็นพัก ๆ หลังการผ่าตัดเอาเนื้องอกออก อาการปวดศีรษะ

จึงหายสนิทและความดันโลหิตปกติดี

ผู้ป่วยจึงกลับบ้านด้วยความรู้สึกทั้งดีใจที่หายสนิท โดยไม่ต้องกินยาความดันไปตลอด และอีกความรู้สึกหนึ่งคือความประหลาดใจที่ตนเองมาพบแพทย์ด้วยอาการปวดที่ศีรษะ แต่กลับมีสาเหตุอยู่ในท้อง จนต้องผ่าตัดมีแผลที่หน้าท้องยาวมากกว่าสิบ

นี่ก็เป็นตัวอย่างหนึ่งที่ชี้ให้เห็นว่าสาเหตุของความดันโลหิตสูงอาจเกิดจากสาเหตุอื่นที่คาดไม่ถึงก็ได้

ขอบคุณที่มาจาก [นิตยสารหมอชาวบ้าน](#)