

โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เมื่อมีอายุเข้าสู่วัย 50 ปี ร่างกายก็จะเสื่อมลง ซึ่งทำให้มีโรคต่างๆ ตามมามากมาย แต่มีอยู่ 10 โรคที่เราต้องเฝ้าระวังในพ่อแม่ หรือญาติผู้ใหญ่ของเราอย่างใกล้ชิด ดังนี้

โรคทางสมอง

พบมากในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคหัวใจ เครียด ขาดการออกกำลังกาย สูบบุหรี่ การเสื่อมของเซลล์สมอง และผู้ที่คนในครอบครัวมีประวัติเป็นโรคสมอง ซึ่งส่วนใหญ่จะพบในคนอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป โดยโรคสมองที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ ได้แก่ โรคอัลพห์ซิมเมอร์ โรคอัลไซเมอร์ โรคสมองเสื่อม หรือโรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น

โรคเกาต์

มักพบในชายสูงอายุมากกว่าหญิง ทำให้เกิดอาการปวดตามข้อ ซึ่งเกิดจากการมีกรดยูริกสะสมในร่างกายเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะตามข้อ ซึ่งคนแต่ละวัยมีระดับกรดยูริกในเลือดที่แตกต่างกัน เช่น ผู้หญิงวัยก่อนหมดประจำเดือนจะมีระดับกรดยูริกในเลือดสูงกว่าคนในวัยอื่นๆ หรือการรับประทานอาหารที่มีสารพิวรีนสูง เช่น เนื้อเป็ด เนื้อไก่ เครื่องในสัตว์ ถั่วต่างๆ ก็เป็นสาเหตุสำคัญในการเกิดกรดยูริกในร่างกายมากเกินไป

โรคเบาหวาน

เป็นความผิดปกติของร่างกายที่มีการผลิตฮอร์โมนอินซูลินไม่เพียงพอ อันส่งผลให้ระดับน้ำตาลในกระแสเลือดสูงเกิน ก่อให้เกิดอาการต่างๆ เช่น ปัสสาวะและกระหายน้ำบ่อย ต้ม้ำในปริมาณมากต่อครั้ง อ่อนเพลีย น้ำหนักตัวลดโดยไม่มีสาเหตุ และอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาได้ เช่น ตาพร่ามัว ตาบอด ไตเสื่อม ขาตามปลายมือปลายเท้า และอาจติดเชื้อได้ง่าย

โรคระบบทางเดินปัสสาวะ

ผู้ชายสูงอายุ ส่วนใหญ่เป็นโรคต่อมลูกหมากโตจนกดท่อปัสสาวะ ทำให้ปัสสาวะลำบาก ปัสสาวะบ่อยโดยเฉพาะตอนกลางคืน ปัสสาวะออกไม่หมดทำให้เหลือบางส่วนไว้ในกระเพาะปัสสาวะ อันเป็นสาเหตุของการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะได้ ผู้หญิงสูงอายุ มักกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ อาจเกิดจากระบบประสาท สุขภาพจิต กระเพาะหรือทางเดินปัสสาวะผิดปกติ เช่น เกิดการอุดตัน การติดเชื้อ หูรูดไม่ดี

โรคข้อเข่าเสื่อม

มักพบในผู้หญิงสูงอายุมากกว่าชายถึง 2 เท่า เกิดการใช้ข้อเข่ามานาน การรับน้ำหนักตัวที่มากเกินไป อาการที่พบคือ การเจ็บปวดของข้อและข้อบวม อาการข้อขัด หรือรูปร่างขาโก่งผิดปกติ เหยียดขาได้ไม่สุด โดยเฉพาะคนที่เล่นกีฬาหนักๆ หรือคนที่มีน้ำหนักตัวมากอาจเป็นตัวส่งเสริมให้ข้อเข่าเสื่อมเร็วยิ่งขึ้น

โรคกระดูกพรุน

โรคนี้อาจเกิดกับผู้สูงอายุ โดยเฉพาะวัยหมดประจำเดือน เป็นภาวะที่กระดูกมีความหนาแน่นน้อยลง ทำให้กระดูกบางและเปราะหักง่ายขึ้น อาการของโรคนี้ได้แก่ เสียวฟันเนื่องจากการรั่วของฟัน ฟันผุกร่อนหลุดร่วงง่าย หลังงุ้มลง ส่วนสูงลดลง ขาหรือเข่าโก่งออกมากผิดปกติ ปวดเสียวบริเวณข้อต่อต่างๆ และมักปวดกระดูกสันหลัง สะโพก และกระดูกข้อมือ

โรคตา

โรคตาที่ผู้สูงอายุเป็นกันมาก คือ โรคจอประสาทตาเสื่อม โรคต้อกระจก โรคต้อหิน และน้ำวุ้นตาเสื่อม ซึ่งเกิดจากหลายสาเหตุ และมีอาการที่แตกต่างกัน แต่สาเหตุส่วนใหญ่ของโรคตาเกิดจากความเสื่อม เนื่องจากอายุที่มากขึ้น ทำให้การมองเห็นลดลง ดังนั้นเมื่อเกิดอาการผิดปกติ ควรรีบมาพบจักษุแพทย์ทันทีเพื่อทำการวินิจฉัย และรักษาได้อย่างถูกต้อง

โรคไต

ในช่วงแรกมักไม่แสดงอาการ แต่เมื่อไตเริ่มเสื่อมมากขึ้น จะทำหน้าที่ลดลง และเกิดการคั่งของเสียมากขึ้น ดังนั้นความผิดปกติและอาการก็จะแสดงมากขึ้น เช่น อ่อนเพลีย บวม เหนื่อยง่าย ความดันโลหิตสูง ถ้าอาการเพิ่มมากขึ้นจนอาจนำไปสู่อาการไตวายเรื้อรังจะมีอาการเพิ่มขึ้น เช่น ตัวซีด คันตามตัว เบื่ออาหาร อันนำไปสู่การรักษาอย่างการล้างไต ฟอกเลือด และเปลี่ยนไตในที่สุด

โรคความดันโลหิตสูง

คนปกติจะมีความดันโลหิต 120/80 – 139/89 มิลลิเมตรปรอท ซึ่งหากมีความดันมากกว่านี้ จะจัดว่าเป็นผู้ที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ซึ่งโรคนี้ส่วนใหญ่มักไม่มีอาการแสดง แต่บางครั้งอาจมีอาการใจสั่น ปวดศีรษะ หน้ามืด ตาพร่า ถ้าไม่รักษาตั้งแต่เริ่มต้น อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น อัมพฤกษ์ ตาบอด ไตวาย หัวใจวาย เป็นต้น

โรคหัวใจขาดเลือด

สาเหตุสำคัญที่ก่อให้เกิดโรคนี้น่ามาจากหลอดเลือดหัวใจตีบ ซึ่งเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ พบมากในผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง สูบบุหรี่ อ้วนลงพุง ขาดการออกกำลังกาย หรือคนในครอบครัวเป็นโรคหัวใจยิ่งทำให้มีโอกาสเป็นโรคสูงขึ้น อาการที่สำคัญคือ เจ็บแน่นหน้าอกระหว่างราวนม ลิ้นปี คล้ายมีอะไรมากดทับ หายใจไม่สะดวก อาจร้าวไปที่คอ กราม แขนซ้ายด้านใน และอาจมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น เหงื่อออก ตัวเย็น เวียนศีรษะ หน้ามืด เหนื่อยหอบ นอนราบไม่ได้ ใจสั่น ดังนั้นเมื่อเกิดอาการเจ็บแน่นหน้าอกควรรีบพบแพทย์โดยเร็ว

