

"โรคหลอดเลือดสมอง" เป็นภาวะที่สมองสูญเสียการทำงานบางส่วนอย่างเฉียบพลันจากหลอดเลือดสมองตีบ อุดตัน หรือจากหลอดเลือดสมองแตก ทำให้เกิดภาวะอัมพฤกษ์ อัมพาต โดยมีสัญญาณเตือนที่เรียกว่า F.A.S.T ดังนี้

F = Face - หน้าเบี้ยวหรือมุมปากตก

A = Arm - แขนหรือขาข้างใดข้างหนึ่งอ่อนแรงหรือชา

S = Speech - พูดไม่ชัด พูดลำบาก หรือสื่อสารไม่เข้าใจ

T = Time - ดูเวลาที่เกิดอาการและต้องรีบไปโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

Cr : โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

The infographic is titled "F.A.S.T สัญญาณโรคหลอดเลือดสมอง" (F.A.S.T Stroke Symptoms). It features a brain illustration at the top left. The main title is in large red letters. Below it, a yellow warning triangle with an exclamation mark is shown. The text explains that a stroke is a sudden loss of brain function due to a blocked or ruptured blood vessel, leading to paralysis, numbness, or loss of consciousness. It emphasizes that time is critical and that every minute counts. The F.A.S.T acronym is detailed in a red box with four columns: F (Face) showing a person with a drooping mouth, A (Arm) showing a person with weakness, S (Speech) showing a person with slurred speech, and T (Time) showing a clock. Below this, a section titled "โรคหลอดเลือดสมอง สามารถป้องกันได้โดย..." (Stroke can be prevented by...) lists four prevention tips: 1. Check blood pressure regularly and take medication if prescribed. 2. Quit smoking and limit alcohol consumption. 3. Maintain a healthy diet and exercise. 4. Manage diabetes and cholesterol. At the bottom, it provides contact information for Chulalongkorn Hospital and Chulalongkorn Hospital, including the website and a LINE QR code.

F.A.S.T สัญญาณโรคหลอดเลือดสมอง

โรคหลอดเลือดสมอง เป็นภาวะที่สมองสูญเสียการทำงานบางส่วนอย่างเฉียบพลันจากหลอดเลือดสมองตีบ อุดตัน หรือจากหลอดเลือดสมองแตก ทำให้เกิดภาวะอัมพฤกษ์ อัมพาต

ความรุนแรงของอาการขึ้นอยู่กับตำแหน่ง และขนาดของเนื้อสมองที่สูญเสียการทำงาน โรคหลอดเลือดสมองเกิดได้ทุกอายุ แต่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ

F.A.S.T สัญญาณเตือนโรคหลอดเลือดสมอง

- F** Face: หน้าเบี้ยวหรือมุมปากตก
- A** Arm: แขนหรือขาข้างใดข้างหนึ่งอ่อนแรงหรือชา
- S** Speech: พูดไม่ชัด พูดลำบาก หรือสื่อสารไม่เข้าใจ
- T** Time: ดูเวลาที่เกิดอาการและต้องรีบไปโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

โรคหลอดเลือดสมอง สามารถป้องกันได้โดย...

- ตรวจสุขภาพประจำปี เพื่อค้นหาปัจจัยเสี่ยง หากพบต้องรีบรักษา
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อย่างน้อย 3 - 5 ครั้งต่อสัปดาห์
- ควบคุมระดับความดันโลหิต ระดับน้ำตาล และไขมันในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- งดสูบบุหรี่ และงดดื่มแอลกอฮอล์
- รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ หลีกเลี่ยงอาหารรสหวานจัด เค็มจัด และอาหารที่มีไขมันสูง

ข้อมูลโดย : รพ.จุฬาลงกรณ์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
ข้อมูล ณ วันที่ 5 กรกฎาคม 2566

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
www.chulalongkornhospital.go.th

LINE @chulalongkornhospital