



ดูสุขภาพนำรัฐดูชุมชน

“บริการดี มีน้ำใจ ชื่อลือช่”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ชวนสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าตูม

ระดับไขมันในเลือดปกติแล้วหยุดยาได้หรือไม่?



มีผู้ที่เป็นโรคหัวใจที่มีภาวะไขมันในเลือดสูงหลายท่าน หลังจากที่ได้รับการรักษาด้วยยาลดไขมันในเลือดไประยะหนึ่งจนระดับไขมันเป็นปกติ ทักมีคำถามว่า “จะหยุดทานยาได้หรือไม่? หรือ “เมื่อไรที่สามารถหยุดทานยาได้?” เป็นต้น

ก่อนอื่นมาทำความรู้จักกับไขมันในเลือด หรือ โคเลสเตอรอลกันก่อนว่ามีอะไรบ้าง

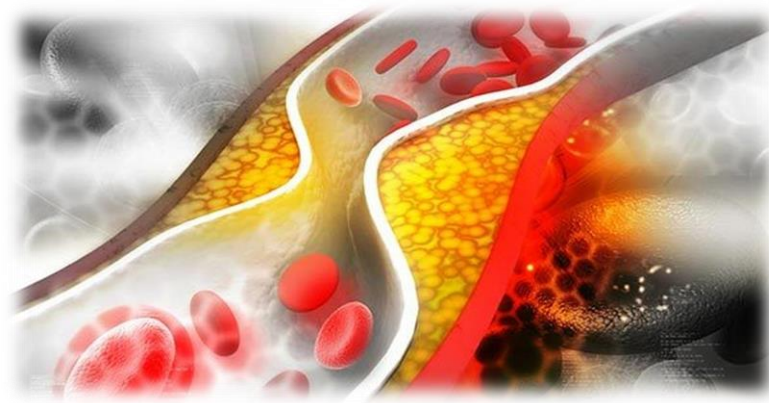
ประเภทของไขมันในเลือด หรือโคเลสเตอรอลแบ่งออกเป็น 3 ชนิด คือ

- แอล ดี แอล โคเลสเตอรอล (LDL) เปรียบเสมือน “ตัวผู้ร้าย” ถ้ามีปริมาณมากจะสะสมอยู่ในหลอดเลือดแดง เป็นต้นเหตุของโรคหลอดเลือดแดงแข็ง ยิ่งระดับแอล ดี แอล โคเลสเตอรอลสูงมากเท่าไร อัตราเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจก็ยิ่งมากขึ้นเท่านั้น
- เอช ดี แอล โคเลสเตอรอล (HDL) เปรียบเสมือน “ตำรวจ” คอยจับผู้ร้าย เพราะเป็นตัวกำจัดแอล ดี แอล โคเลสเตอรอล ออกจากหลอดเลือดแดง การมีระดับเอช ดี แอล โคเลสเตอรอลสูง จึงช่วยลด

ความเสี่ยงในการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจ(Coronary Heart Disease)

- **ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride หรือ TG)** เป็นไขมันอีกประเภทหนึ่งในกระแสเลือด เปรียบเสมือน “ผู้ช่วยผู้ร้าย” คนที่มีระดับไตรกลีเซอไรด์สูง พร้อมกับระดับเอช ดี แอล โคเลสเตอรอลต่ำ หรือแอล ดี แอล โคเลสเตอรอลสูง ยิ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจ

เมื่อไขมันในเลือด หรือ โคเลสเตอรอลมีปริมาณสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง แอล ดี แอล เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของโรคหัวใจขาดเลือดและพบว่ามีการศึกษาวิจัย ยืนยันประสิทธิภาพการรักษาด้วยยาลดไขมัน โดยเฉพาะยาในกลุ่ม สแตติน(Statins) ว่าหลังได้รับยาแล้วผู้ป่วยไขมันโคเลสเตอรอลสูงที่เป็นโรคหัวใจ มีอัตราการเสียชีวิตโดยรวมจากโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดลดลงมาก



วิธีลดไขมันในเลือด และแนวทางการรักษา

การควบคุมอาหารเต็มที่จะลดระดับโคเลสเตอรอลได้เพียง 10-15% เท่านั้น แต่ก็อาจเพียงพอในผู้ที่มีไขมันสูงบางราย แต่ในบางรายอาจไม่เพียงพอ โดยเฉพาะผู้ป่วยเบาหวาน หรือผู้ป่วยโรคหัวใจ จึงจำเป็นต้องมีการใช้ยาเข้าช่วยด้วย ขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแพทย์ อย่างไรก็ตามการรับประทานยาเป็นเพียงการลดโอกาสการเกิดโรค หรือผลแทรกซ้อนทางเลือดเท่านั้น มิได้ป้องกันการเกิดโรค ดังนั้นการรักษาด้วยยาจึงต้องควบคู่ไปกับการควบคุมอาหาร ออกกำลังกาย การลดปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ และอยู่ในความดูแลของแพทย์อย่างต่อเนื่อง

ระยะเวลาในการทานยาลดไขมันในเลือด

การให้ยาลดไขมันหรือโคเลสเตอรอลในเลือดนั้น เพื่อเป็นการลดการสะสมของไขมันในผนังหลอดเลือดแดงหรือหลอดเลือดหัวใจ ที่สะสมมาตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นซึ่งกินนานนับสิบๆ ปีกว่าจะทำให้เกิดอาการ ดังนั้นหากต้องการให้ไขมันในผนังหลอดเลือดที่สะสมอยู่ลดลง ก็ต้องใช้เวลานานหลายปีเช่นเดียวกัน ประโยชน์จากการลดไขมันโคเลสเตอรอลจะเห็นได้ก็ต่อเมื่อ ระดับแอล ดี แอล ลดต่ำลงเป็นระยะเวลานานอย่างต่อเนื่อง เช่น อย่างน้อย 5 ปี นอกจากนี้การรับประทานยาไม่สม่ำเสมอจะไม่สามารถลดระดับไขมันให้ต่ำอย่างต่อเนื่องเช่นกัน ดังนั้นการรับประทานยาอย่างต่อเนื่องจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง

ซึ่งคำตอบของคำถามข้างต้นที่ว่าเมื่อระดับไขมันในเลือดลดลงแล้ว “จะหยุดทานยาได้หรือไม่? หรือ “เมื่อไรที่สามารถหยุดทานยาได้?” นั้น จึงควรพิจารณาว่า อันที่จริงแล้วการใช้ยาอย่างต่อเนื่องไม่ได้เป็นคำตอบสุดท้ายของการรักษาโรคไขมันในเลือด เป็นแต่เพียงการลดปัญหาที่อาจจะเกิดแทรกซ้อนได้เท่านั้น ดังนั้นการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย งดสูบบุหรี่ การควบคุมความดันโลหิตในคนที่มีความดันโลหิตสูง และการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในผู้ที่เป็นเบาหวาน ก็เป็นสิ่งที่สำคัญที่ต้องทำควบคู่กันไปค่ะ

ขอขอบคุณข้อมูลจาก :

www.yourhealthyguide.com/article/aco-highcholes&medicine.htm



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รอบรู้เรื่องสุขภาพง่าย ๆ แค่นั่งอ่าน...ก็ดีขึ้นมา...

www.thatoomhsp.com

งานสุขภาพและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม
โทร.044-591126 ต่อ 116



โรงพยาบาลท่าตุม จังหวัดสุรินทร์