



สารจาก ชมรมโรคลมชัก เพื่อประชาชน



ปีที่ 10 ฉบับที่ 1 ประจำเดือน มกราคม-เมษายน พ.ศ. 2552 Bulletin of Epilepsy Association of Thailand

คณะกรรมการชมรมฯ

ประธาน

นพ. ประเสริฐ บุญเกิด

รองประธาน

พญ. กัลยาณี ธีระวิบูลย์

เลขาธิการ

น.อ.หญิง อารยา จารุวนิช

ผู้ช่วยเลขาธิการ

ภญ. วรดา ด้านदारรักษ์

เหรัญญิก

พญ. มาลัย พาณิชยพงษ์

นายกะเบียน

คุณวิไลวรรณ เรียงเวช

ปฏิคม

คุณสาธิตี พร้อมสุข

กรรมการกลาง

นพ. รังสรรค์ ชัยเสวิกุล

คุณวราณี วีระกันต์

พญ. สุวรรณี พันเจริญ

คุณอุบล ปาระมี

คุณศิริพร ภูศิริมงคล

คุณสฤษดิพร ดินะมาส

คุณวิภาพร ธรรมเลิศศักดิ์

คุณรัตติยา คงศิริถาวร

ภญ. นารีรัตน์ พู่เฝ้า

ชมรมโรคลมชักแห่งประเทศไทย

สมาคมโรคลมชักแห่งประเทศไทย

อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี ชั้น 7

เลขที่ 2 ซอยศูนย์วิจัย ถนนเพชรบุรีตัดใหม่

ห้วยขวาง บางกะปิ กรุงเทพฯ 10320

โทรศัพท์ 0-2534-7307

E-mail: arayacharuvanij@yahoo.com

บรรณาธิการ

น.อ.หญิง อารยา จารุวนิช

กองบรรณาธิการ

พญ. กัลยาณี ธีระวิบูลย์

พญ. มาลัย พาณิชยพงษ์

นพ. รังสรรค์ ชัยเสวิกุล

นพ. สมจิตร์ ศรีอุดมขจร

พญ. อจรรรณ ศิลปกิจ

นพ. สมศักดิ์ เทียมเก่า

พญ. ศิริพร เทียมเก่า

ภญ. นารีรัตน์ พู่เฝ้า

ภก. นรินทร์ วัฒนวิรุณ

ภญ. จิตราวดี เย็นสุขใจ

ภก. ทวีศักดิ์ กมลศิริพิชัยพร

บรรณาธิการแถลง

สวัสดีปีใหม่สมาชิกทุกท่านค่ะ

ปีใหม่นี้ ขอให้สมาชิกทุกท่านพบแต่สิ่งดี ๆ

มีสุขภาพแข็งแรงและมีความสุขนะคะ

เมื่อวันที่ 14 พฤศจิกายน 2551 ชมรมโรคลมชัก

เพื่อประชาชนได้จัดกิจกรรมให้ความรู้โรคลมชักกับคณะครู นักเรียน

และผู้ปกครองโรงเรียนเทศบาลวัดจอมคีรีนาคพรต จังหวัดนครสวรรค์

และอย่าลืมนะคะ ปลายเดือนนี้ วันที่ 18 มกราคม 2552 เรามีนัดพบกันอีกครั้ง ในงานประชุมประจำปีของชมรมฯ ที่โรงพยาบาลราชวิถี ห้องประชุมพญาไท ชั้น 11 เวลา 12.30 น. ถึง 15.45 น. ในงานนอกจากการให้ความรู้ทางวิชาการโรคลมชัก การแจกรางวัลประกวดบทความและ painting award แล้ว ยังมีการแสดงของผู้ป่วยโรคลมชักและกิจกรรมอื่นๆ อีกหลายอย่าง

หนังสือความรู้โรคลมชักเล่มที่ 2 ได้เสร็จสมบูรณ์แล้ว จะแจกฟรีให้สมาชิกที่มาเข้าร่วมประชุมทุกท่าน อย่าลืมมาร่วมกันแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และเป็นกำลังใจให้กันนะคะ

บทความที่ลงในฉบับนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับการให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้นในผู้ป่วยโรคลมชัก เขียนโดยแพทย์หญิงสุริดา เย็นจันทร์ ท่านผู้อ่านที่มีคำถามเกี่ยวกับเรื่องนี้คงได้คำตอบแล้วนะคะ

พบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ

น.อ.หญิง อารยา จารุวนิช



ควีนหลังจากกิจกรรมสอนหนังสือที่ จ.นครสวรรค์



ยิ้มสวยช่วยกันหารายได้เข้าชมรมฯ

สารบัญ

บรรณาธิการแถลง	หน้า 1	มุมมองของเด็กเกี่ยวกับโรคลมชัก	หน้า 3
การปฐมพยาบาลผู้ป่วยโรคลมชัก	หน้า 2	ถาม-ตอบ	หน้า 4

เรื่อง “มุมมองของเด็กเกี่ยวกับโรคลมชัก”

ถ้าพูดถึงมุมมองของเด็กเกี่ยวกับโรคลมชัก โรคลมชักไม่ได้เป็นกับเด็กทุกคน แต่เป็นกับเด็กที่มีความผิดปกติทางด้านสมอง เด็กบางคนคิดว่าอาการไม่ร้ายแรง แต่ที่จริงแล้วอาจถึงขั้นเสียชีวิตได้ ถ้าเป็นมุมมองของฉันทันเกี่ยวกับโรคลมชักแล้ว ฉันทันคิดว่าโรคลมชักเป็นโรคที่สังคมมองข้าม มีทัศนคติที่ผิดว่าผู้ป่วยโรคลมชักเป็นผู้พิการ ไม่สมบูรณ์ ซึ่งเป็นความเข้าใจที่ผิดเป็นอย่างมาก

โรคลมชักส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นอันตรายร้ายแรงอย่างที่คิด สามารถรักษาให้หายขาดได้ การเสียชีวิตจากอาการชักมีน้อยมาก ส่วนใหญ่เป็นผลจากการชักมากกว่า เช่น ศีรษะกระแทกพื้นหรือเกิดการสำลักจนปอดอักเสบ ติดเชื้อ ดังนั้น คนที่เป็นโรคนี้อย่าคิดว่าเป็นปมด้อยหลายคนที่เป็นโรคลมชักก็สามารถเรียนจบปริญญาโทหรือปริญญาเอกได้ สิ่งที่พึงระวังของผู้ที่ป่วยเป็นโรคลมชักก็คือ อาการชักอาจจะถูกกระตุ้นให้เกิดได้จากการที่ร่างกายพักผ่อนไม่เพียงพอ จากการอดนอนหรือจากสารกระตุ้นพวกเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือคาเฟอีน อันเป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยงเป็นอย่างยิ่ง ชีวิตของท่านก็จะปลอดภัยจากอาการชักได้

ผู้เป็นโรคลมชักส่วนมากจะมีชีวิตเหมือนคนปกติ ผู้ป่วยจำนวนไม่น้อยสามารถประกอบอาชีพหรือสำเร็จการศึกษาชั้นสูงได้ เพียงแต่ผู้ป่วยได้รับการรักษาอย่างถูกวิธี ได้รับความรู้และทัศนคติที่ถูกต้อง ผู้ป่วยก็จะสามารถเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคมได้ แม่เคยเล่าให้ฉันทันฟังว่าแม่เคยเลี้ยงหลาน ซึ่งเป็นลูกของพี่ชายแม่ ชื่อพี่เฟิร์น แม่เลี้ยงพี่เฟิร์นจนอายุ 9 ปี วันหนึ่งพี่เฟิร์นไปโรงเรียนตามปกติ พอกลับจากโรงเรียนอยู่ๆ พี่เฟิร์นก็ตัวร้อนมีไข้สูง จากนั้นก็เกิดอาการชัก คุณแม่นำพี่เฟิร์นส่งโรงพยาบาลทันที และดูแลให้รับประทานยาเกินขนาดอย่างต่อเนื่องตามที่แพทย์สั่ง จนบัดนี้ฉันทันก็ดีใจมากที่พี่เฟิร์นได้หายเป็นปกติแล้ว นี่คืออีกมุมมองหนึ่งของฉันทันที่ได้รับประสบการณ์จากที่คุณแม่เล่าให้ฟัง

สุดท้ายนี้ฉันทันอยากขอให้คุณพ่อคุณแม่ทุกคน หันมาดูแลสุขภาพอนามัยของบุตรหลานของท่านให้ดี และหากบุตรหลานของท่านป่วยเป็นโรคลมชักขึ้นมา ก็ต้องพาไปพบแพทย์ เพื่อทำการรักษาอย่างต่อเนื่องและถูกวิธี ผู้ป่วยก็จะหายขาดจากโรคนี้ และดำเนินชีวิตเหมือนคนปกติธรรมดาทั่วไป เพราะโรคลมชักมิใช่โรคที่ต้องรับประทานยาไปตลอดชีวิตหรือเป็นโรคที่ไม่มีทางหายอย่างที่เข้าใจกัน

โดย ด.ญ. สรวรรัตน์ อมรวิริวงศ์
โรงเรียนวัดมะพร้าวเตี้ย เขตภาษีเจริญ กทม.

คำถาม

ผู้ป่วยเป็นโรคลมชักตั้งแต่ปี 2538 จนถึงปัจจุบัน อยู่กับลูก 2 คน อายุประมาณ 10 ปี กรณีเราจะมีข้อแนะนำให้ลูกปฏิบัติตัวอย่างไร เพราะลูกสาวจะกลัวเราเวลาเราชัก

คำตอบ

ควรอธิบายให้ลูกเข้าใจว่าโรคลมชักไม่ได้น่ากลัวอย่างที่คิด ชมรมโรคลมชักเพื่อประชาชนได้จัดทำเอกสารความรู้เกี่ยวกับโรคลมชัก ออกเผยแพร่ให้ ประชาชนทราบ มีทั้งแผ่นพับความรู้ หนังสือให้ความรู้และหนังสือการ์ตูนสำหรับเด็ก ในเอกสารจะมีรายละเอียดถึงสาเหตุการเกิดโรค การปฏิบัติตัวของผู้เป็นโรคลมชัก การรักษาและการปฐมพยาบาลขณะเกิดอาการชัก ถ้าหากยังไม่มีเอกสาร คุณสามารถ ติดต่อขอเอกสารได้จากชมรมฯ และในวันที่ 18 มกราคม 2552 ที่จะถึงนี้ เวลา 12.30 น. ถึง 15.45 น. จะมีการประชุมประจำปีของชมรมฯ ที่ชั้น 11 ร.ราชวิถี ห้องประชุมพญาไท บรรยาย ให้ความรู้ร่วมกับการแจกเอกสารความรู้เกี่ยวกับโรคลมชักและกิจกรรมอื่นๆ อีกหลายอย่าง คุณสามารถพาลูกไปร่วมงานได้ค่ะ

พ่อแม่ที่เป็นโรคลมชักควรให้ลูกทราบข้อมูลเกี่ยวกับการชักและวิธีการดูแลขณะชัก ลูกควรเรียนรู้วิธีการขอความช่วยเหลือจากเพื่อน บ้านหรือญาติทางโทรศัพท์ หรือมีเบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉินเพื่อลูกจะได้โทรศัพท์ขอความช่วยเหลือได้ ควรฝึกลูกให้สามารถให้ความช่วยเหลือเบื้องต้นได้ ดังนั้นควรอ่านคำแนะนำการดูแลขณะชักให้ลูกฟัง สอนให้ลูกเข้าใจเกี่ยวกับการพยาบาลหรือดูแลขณะชัก

คำถาม

ถ้าลูกเล่นเกมสเกิน 1 ชั่วโมง จะมีผลกระทบกับโรคลมชักหรือไม่

คำตอบ

การเล่นวิดีโอเกมส์สามารถกระตุ้นให้เกิดการชักได้ในผู้เป็นโรคลมชัก มักเป็นกับเด็กที่มีอายุระหว่าง 7-19 ปี เด็กผู้ชายเป็นมากกว่า เด็กผู้หญิง ซึ่งอาจเป็นเพราะว่าเด็กผู้ชายชอบเล่นวิดีโอเกมส์มากกว่า ร้อยละ 70 ของคนไข้ที่เกิดการชักจากการเล่นวิดีโอเกมส์เป็นโรคลมชักชนิดที่ไว ต่อการกระตุ้นจากไฟแสงกระพริบ (photosensitive epilepsy) ร้อยละ 30 มีสาเหตุจากการอดนอน เหนื่อย อ่อนเพลีย หรือเครียดในขณะนั้น นอกจากนี้ คนไข้บางคนอาจมีสาเหตุจากการที่มีความผิดปกติของคลื่นไฟฟ้าสมองตรงส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเห็น (occipital lobe) ดังนั้น จึงไม่ควรให้ลูกเล่นวิดีโอเกมส์นานเกิน 1 ชั่วโมงค่ะ

ใบสมัครสมาชิกชมรมโรคลมชักเพื่อประชาชน

ชื่อ.....นามสกุล..... อายุ.....ปี วัน/เดือน/ปี เกิด.....

อาชีพ..... เกี่ยวข้องเป็น ผู้เป็นโรคลมชัก บิดา/มารดา ญาติ/ผู้ดูแล ประชาชนทั่วไป

ที่อยู่.....

โทรศัพท์บ้าน..... โทรศัพท์มือถือ..... โทรสาร.....

ที่ทำงาน..... โทรศัพท์..... โทรสาร.....

ต้องการให้ส่งเอกสาร/จดหมายไปที่.....

กรอกรายละเอียดให้ชัดเจนและส่งกลับไปที่ ชมรมโรคลมชักเพื่อประชาชน อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี ชั้น 7 เลขที่ 2 ซอยศูนย์วิจัย ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ ห้วยขวาง บางกะปิ กรุงเทพฯ 10320



“ลมชักรักษาได้ ถ้าใส่ใจอย่างจริงจัง”

“ชมรมนี้ตั้งขึ้นเพื่อผลประโยชน์ของผู้ป่วยโรคลมชัก ไม่เกี่ยวข้องผลประโยชน์ทางธุรกิจ”



สนับสนุนการจัดพิมพ์โดย JANSSEN-CILAG



ชมรมโรคลมชักเพื่อประชาชน
Epilepsy Association of Thailand

แสดมป

