

# กลุ่มอาการสูงอายุ และประเด็นทางสุขภาพที่นำเสนอใน

พิมพ์ครั้งที่ 2

กลุ่มอาการสูงอายุและประเด็นทาง..

WT120 ปี 2570 2561



B0014671  
bib:13399117030

แพทย์หญิงปณิตา ลิมปะวัฒนะ  
บรรณาธิการ

# กลุ่มอาการสูงอายุ และประเด็นทางสุขภาพที่น่าสนใจ

บรรณาธิการ แพทย์หญิงปณิตา ลิมปะวัฒนะ  
หัวหน้าหน่วยเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ภาควิชาอายุรศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ISBN 978-616-438-049-3

พิมพ์ครั้งที่ 1 กรกฎาคม 2560

WT120

ก. ๒๕๔๗ ๒๕๖๑

แบบเป็น... B0014641

๓๗๐.๒๕๖๑

พิมพ์ครั้งที่ 2 พฤศจิกายน 2561

จำนวน 500 เล่ม

รายการบรรณานุกรมสำเร็จรูป (CIP) ของห้องสมุดคณะแพทยศาสตร์ มข.

กลุ่มอาการสูงอายุและประเด็นทางสุขภาพที่น่าสนใจ / บรรณาธิการ ปณิตา ลิมปะวัฒนะ ... [และคนอื่นๆ].

- - พิมพ์ครั้งที่ 1. - - ขอนแก่น : หน่วยเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ภาควิชาอายุรศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2560.

292 หน้า : ภาพประกอบ

ISBN 978-616-438-049-3

1. ผู้สูงอายุ -- สุขภาพและอนามัย. 2. ผู้สูงอายุ -- โรค. (1). ปณิตา ลิมปะวัฒนะ, บรรณาธิการ.  
(2). มหาวิทยาลัยขอนแก่น. คณะแพทยศาสตร์. ภาควิชาอายุรศาสตร์. หน่วยเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ.

[WT120 ก318 2560]

ราคา 390 บาท

พิมพ์ที่ หจก. โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา  
232/199 หมู่ 6 ถ.ศรีจันทร์ ต.ในเมือง อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40000  
โทร. 0-4346-6444, 0-4346-6860-61 แฟกซ์ 0-4346-6863  
E-mail: klungpress@hotmail.com www.klungnana.com

# สารบัญ

	หน้า
คำนิยม	ก
คำนำ	ข
คำนำพิเศษครั้งที่ 2	ค
กิตติกรรมประกาศ	ง
ประวัติผู้นิพนธ์หลัก	จ
ประวัติผู้ร่วมนิพนธ์	ช
<b>บทที่ 1 กู้ภัยอาการสูงอายุ (Geriatric syndromes)</b>	<b>1</b>
<b>ปกติ ลิมปะวัณนะ</b>	
บทนำ	2
ลักษณะสำคัญของผู้สูงอายุ	3
กู้ภัยอาการสูงอายุ (geriatric syndromes)	7
พยาธิสรีวิทยาในการเกิดกู้ภัยอาการสูงอายุ	8
แนวทางการประเมินผู้สูงอายุที่จำเพาะต่อ กู้ภัยอาการสูงอายุ	9
เอกสารอ้างอิง	10
<b>บทที่ 2 แนวทางการสื่อสารและการประเมินผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ (How to communicate with older adults and Comprehensive Geriatric Assessment)</b>	<b>13</b>
<b>ปกติ ลิมปะวัณนะ</b>	
บทนำ	14
หลักการสื่อสารกับผู้สูงอายุ	15
เทคนิคการซักประวัติผู้สูงอายุ	17
เทคนิคการตรวจร่างกายในผู้สูงอายุ	19
การประเมินผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ (Comprehensive Geriatric Assessment: CGA)	23
เอกสารอ้างอิง	30

# สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 3 ภาวะหกล้ม (Fall)</b>	<b>35</b>
<b>ปัณฑิตา ลิมประวัฒนะ</b>	
บทนำ	36
ผลกระทบของภาวะหกล้มในผู้สูงอายุ	36
กลไกควบคุมการทรงตัวและภาวะหกล้มในผู้สูงอายุ	37
ปัจจัยเสี่ยงของภาวะหกล้ม	39
แนวทางการประเมินความเสี่ยงต่อภาวะหกล้ม	43
แนวทางรักษาและการป้องกันภาวะหกล้ม	48
เอกสารอ้างอิง	54
<b>บทที่ 4 การสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหว (Immobilization)</b>	<b>57</b>
<b>ภัทรรดา วัฒนพันธุ์</b>	
บทนำ	58
พยาธิสรีรวิทยา	58
แนวทางการประเมินผู้สูงอายุที่มีภาวะสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหว	60
ผลกระทบจากการสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหวและ	60
แนวทางในการรักษาและการป้องกัน	66
เอกสารอ้างอิง	70
<b>บทที่ 5 ภาวะสับสนเฉียบพลัน (Delirium)</b>	<b>73</b>
<b>ปัณฑิตา ลิมประวัฒนะ</b>	
บทนำ	74
ผลกระทบของภาวะสับสนเฉียบพลัน	75
พยาธิสรีรวิทยา	76
สาเหตุของภาวะสับสนเฉียบพลัน	77
การวินิจฉัยภาวะสับสนเฉียบพลัน	80
แนวทางการประเมินผู้ป่วยที่สงสัยภาวะสับสนเฉียบพลัน	81
แนวทางการรักษาภาวะสับสนเฉียบพลัน	83

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การป้องกันภาวะสัมสโนเฉียบพลัน	86
เอกสารอ้างอิง	88
 <b>บทที่ 6 ภาวะสมองเสื่อม (Dementia)</b>	 93
<b>ปณิตา ลิมประวัติ</b>	
บทนำ	94
ผลกระทบของภาวะสมองเสื่อม	95
สาเหตุของภาวะสมองเสื่อม	95
เกณฑ์การวินิจฉัยภาวะสมองเสื่อม	97
แนวทางการวินิจฉัยภาวะสมองเสื่อม	99
แนวทางการรักษาภาวะสมองเสื่อม	105
การป้องกันภาวะสมองเสื่อม	109
เอกสารอ้างอิง	111
 <b>บทที่ 7 ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ (Depression in older adults)</b>	 117
<b>พูนศรี วงศ์ชีวี</b>	
<b>พงศธร พหลกานຍ</b>	
บทนำ	118
ผลกระทบของภาวะซึมเศร้า	121
สาเหตุของภาวะซึมเศร้า	121
แนวทางการวินิจฉัยภาวะซึมเศร้า	122
การวินิจฉัยแยกโรค	123
แนวทางการรักษาภาวะซึมเศร้า	124
การดำเนินโรคและการพยากรณ์โรค	128
เอกสารอ้างอิง	130

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 8 ภาวะกลั้นปัสสาวะไม่ได้ (Urinary incontinence)</b>	<b>133</b>
<b>ปัจมิตา ลิมประวัตนะ</b>	
บทนำ	134
ผลกระทบของภาวะกลั้นปัสสาวะไม่ได้	134
กลไกควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะ	135
แนวทางการประเมินผู้สูงอายุที่มีปัญหาภาวะกลั้นปัสสาวะไม่ได้	138
ชนิดของภาวะกลั้นปัสสาวะไม่ได้	143
แนวทางการรักษา	144
เอกสารอ้างอิง	149
<b>บทที่ 9 ภาวะทุพโภชนาการในผู้สูงอายุ (Malnutrition in older adults)</b>	<b>151</b>
<b>ปัจมิตา ลิมประวัตนะ</b>	
บทนำ	152
ผลกระทบของภาวะทุพโภชนาการ	153
การเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบของร่างกายในผู้สูงอายุ	153
สาเหตุของภาวะทุพโภชนาการในผู้สูงอายุ	153
การวินิจฉัยภาวะทุพโภชนาการจากภาวะขาดโปรตีนและพลังงาน	154
การตรวจคัดกรองภาวะทุพโภชนาการในผู้สูงอายุ	156
แนวทางการรักษาผู้สูงอายุที่มีภาวะทุพโภชนาการ	158
เอกสารอ้างอิง	163

## สารบัญ (ต่อ)

<b>บทที่ 10 การนอนไม่หลับ (Insomnia)</b>	<b>หน้า</b>
<b>ปณิตา ลิมประวัติ์</b>	165
บทนำ	166
ผลกระทบของการนอนไม่หลับ	169
พยาธิสรีริทยาของการนอนไม่หลับในผู้สูงอายุ	170
การวินิจฉัยการนอนไม่หลับ	170
แนวทางการวินิจฉัยผู้ป่วยที่มีอาการนอนไม่หลับ	172
แนวทางการรักษาผู้ป่วยที่มีอาการนอนไม่หลับ	175
เอกสารอ้างอิง	181
<b>บทที่ 11 โรคหรือภาวะที่เกิดจากการปฏิบัติทางการแพทย์ (Iatrogenesis)</b>	<b>187</b>
<b>ปณิตา ลิมประวัติ์</b>	
บทนำ	188
ผลไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา กับ โรคหรือภาวะที่เกิดจากการปฏิบัติทางการแพทย์	190
เครื่องมือที่ช่วยในการเลือกใช้ยาที่เหมาะสม	194
หลักการใช้ยาในผู้สูงอายุโดยรวม	199
เอกสารอ้างอิง	201
<b>บทที่ 12 ภาวะเปราะบางและภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย (Frailty and Sarcopenia)</b>	<b>203</b>
<b>ปณิตา ลิมประวัติ์</b>	
บทนำ	204
ผลกระทบของการภาวะเปราะบางและภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย	205
พยาธิสรีริทยาของภาวะเปราะบางและภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย	206
เกณฑ์การวินิจฉัยภาวะเปราะบางและภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย	209
เครื่องมือและเกณฑ์ที่ใช้ในการประเมินภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย	211
แนวทางการรักษาภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย	214
เอกสารอ้างอิง	218

# สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 13 การวางแผนสำหรับการดูแลระยะเปลี่ยนผ่าน</b> <b>(Discharge planning and Transitional care)</b>	223
<b>บทนำ</b>	
ปัจจัยที่มีผลต่อการกลับมาของรักษาในโรงพยาบาล	224
เป้าหมายและแนวทางในการวางแผนสำหรับผู้ป่วยและการดูแลระยะเปลี่ยนผ่าน	225
เอกสารอ้างอิง	226
	230
<b>บทที่ 14 การะผู้ดูแลผู้ป่วยสูงอายุ (Caregiver burden of older adults)</b>	233
<b>บทนำ</b>	
ชนิดของภาระผู้ดูแล	234
ผลกระทบของผู้ดูแลผู้ป่วยสูงอายุ	235
การประเมินภาระผู้ดูแล	236
ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาระผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีโรคเรื้อรัง	237
แนวทางการดูแลผู้ดูแลผู้ป่วยสูงอายุเพื่อลดภาระผู้ดูแล	239
เอกสารอ้างอิง	241
	243
<b>บทที่ 15 การดูแลผู้สูงอายุแบบประคับประคอง (Geriatric palliative care)</b>	245
<b>บทนำ</b>	
หลักการของการรักษาแบบประคับประคอง และเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ	246
ความสำคัญของผู้สูงอายุเมื่อมีการเจ็บป่วย	247
โครงสร้างและกระบวนการดูแลผู้สูงอายุแบบประคับประคอง	250
การปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพกับโอกาสการรอดชีวิตในผู้สูงอายุ	251
หลักการดูแลผู้ป่วยสูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะสุดท้าย	252
เอกสารอ้างอิง	256
	262

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>ภาคพนวก</b>	265
แบบประเมินความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันพื้นฐาน ดัชนีบาร์เซลอเดี้ยอล (Barthel ADL Index; BAI)	266
แบบประเมินความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันต่อเนื่อง ดัชนีจุฬาอเดี้ยอล (Chula ADL Index)	268
แบบทดสอบ Mini - Mental State Examination : Thai version (MMSE - Thai 2002)	269
แบบทดสอบ Thai Mental State Examination (TMSE)	272
แบบทดสอบ Rowland Universal Dementia Assessment Scale - Thai version (RUDAS-Thai)	274
แบบทดสอบ Montreal Cognitive Assessment (MoCA)	276
แบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale; TGDS)	277
แบบคัดกรองโรคซึมเศร้าด้วย 2 คำถาม (2Q)	278
แบบคัดกรองโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q)	279
<b>ดัชนี</b>	281
<b>Index</b>	284