

## อาการ “ลงแดง” คืออะไร อันตรายแค่ไหน พร้อมวิธีรักษา



คนที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ ถ้าจู่ๆ ก็หยุดดื่มทันที อาจมีอาการ “ลงแดง” ได้ โดยอาจมีอาการตั้งแต่ปวดศีรษะ มือสั่น นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย หงุดหงิด ไปจนถึงเห็นภาพหลอน หรือชักได้

### ทำความรู้จัก อาการ “ลงแดง”

1.อาการลงแดง หรือภาษาทางการแพทย์เรียกว่า อาการเนื่องจากการขาดสุรา (alcohol withdrawal syndrome) เกิดขึ้นในผู้ที่หยุดดื่มหรือลดการดื่มสุราลงกะทันหัน หลังจากที่ดื่มติดต่อกันมานาน เป็นระยะเวลาหนึ่ง (เทียบได้กับการดื่มวิสกี้ปริมาณ 16 ออนซ์ หรือ 2/3 ขวดต่อวันติดต่อกันเป็นเวลา 14-21 วัน)

อาการลงแดง (alcohol withdrawal) มีอะไรบ้าง

อาการที่พบได้ในระยะแรก ได้แก่ ตัวสั่น มือสั่น หงุดหงิด คลื่นไส้ อาเจียน ซึ่งอาจเกิดขึ้นหลังจากหยุดดื่มไปได้เพียงไม่กี่ชั่วโมง และเห็นอาการชัดในเช้าวันรุ่งขึ้น

นอกจากนี้ยังอาจพบอาการอื่นๆ เช่น อ่อนเพลีย ครั่นเนื้อครั่นตัว ปวดศีรษะ วิดกกังวล กระสับกระส่าย นอนไม่หลับ ชีพจรเต้นเร็ว เหงื่อออกมาก ความดันโลหิตสูง ขึ้น ไปจนถึงประสาทหลอน แต่พบได้น้อย

อาการในช่วงนี้อาจพบได้ 1-2 วัน และจะค่อยๆ ลดลงภายใน 5-7 วัน แต่อาการหงุดหงิดงาย นอนไม่หลับ อาจพบได้ถึง 10 วัน

2.อาจพบอาการชักในช่วง 7-48 ชั่วโมงหลังหยุดแอลกอฮอล์ได้ โดยพบได้ราว 90% ราว 2-6 ครั้ง และไม่ได้หมายความว่ามีการรุนแรงของโรคพิษสุราแต่อย่างใด

3.หลัง 48 ชั่วโมง อาจพบอาการประสาทหลอน ได้ยินเสียงที่ไม่เรื่องจริง เช่น เสียงนาฬิกา ทรนงค์ เสียงคนคุยกัน แต่พบอาการประสาทหลอนที่เห็นเป็นภาพหลอนได้น้อย โดยผู้ป่วยไม่มีอาการเพื่อ หลงลืม หรือง่วงงับสน ผู้ป่วยจะค่อยๆ รู้ได้ด้วยตัวเองว่าไม่ใช่เรื่องจริง

4.เมื่อหยุดแอลกอฮอล์ได้ 2-3 วัน ไปจนถึงอาการรุนแรงมากขึ้นในวันที่ 4-5 ผู้ป่วยอาจจะเริ่มเห็นภาพหลอนที่ทำให้รู้สึกหวาดกลัว เช่น มีคนมาทำร้าย เห็นสัตว์ไล่ตามตัว เสียงคนพูดขมขู่ พูดฟังไม่เข้าใจ ร้องตะโกน หรือหลบซ่อนตัว อาการเป็นๆ หายๆ ระหว่างวัน ส่วนใหญ่อาการเหล่านี้จะเป็นไม่นานนัก

### วิธีรักษาอาการลงแดง

ปกติแล้วผู้ป่วยที่มีอาการไม่มากนัก ไม่จำเป็นต้องเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล หรือรับการรักษาด้วยยา

อาการจะค่อยๆ ทุเลาได้เอง แต่หากมีอาการแทรกซ้อนอื่นๆ ทีมแพทย์จะพิจารณา และวินิจฉัยอาการเป็นกรณีๆ ไป

ทั้งนี้ ในผู้ป่วยอาการเนื่องจากการขาดสุราบางราย อาจพบอาการขาดสารอาหาร โดยเฉพาะ thiamine B12 และ folic acid ในบางรายแพทย์อาจพิจารณาฉีดสารอาหารที่ขาดเข้ากล้ามเนื้อ และในรายที่อาการไม่รุนแรง จะให้เป็นเกลือแร่ทดแทน และรับประทานอาหารที่เหมาะสมแทน

ในกรณีที่มีอาการหนักจนแพทย์พิจารณาให้ยา อาจเลือกเป็นยาเกินยาคิด เพื่อช่วยลดอาการประสาทหลอน กระสับกระส่าย หรืออาการหวาดกลัว คู่ไปกับการรักษาทางร่างกายในบางรายที่มีอาการเจ็บป่วยทางร่างกายร่วมด้วย เช่น โรคตับ โรคติดเชื้อ หรืออุบัติเหตุต่างๆ เป็นต้น

### วิธีลดความเสี่ยงอาการลงแดง

ต้องแก้กันที่ต้นเหตุว่า ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ติดต่อกันนานจนเกินไป ไม่ดื่มในปริมาณมากเกินไป หากรู้ลึกว่าเมื่อไรที่ขาดแอลกอฮอล์แล้วมีอาการผิดปกติ เช่น มือสั่น หงุดหงิด กระสับกระส่าย นอนไม่หลับ ควรหยุดดื่มทันที

เราทำกรรมใดไว้ เราจะได้รับผลแห่งกรรมนั้น  
หรือว่า เรามีกรรมเป็นของแห่งตน

พุทธศาสนิกฯ

ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.sanook.com/>





แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน  
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ) นางสาวกมล คักดาเดช

(นางสาวกมล คักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

