Healthy Thais

สโตรค (Stroke)
โรคหลอดเลือดสมองป้องกันได้

โรคหลอดเลือดสมอง ทำไมต้องป้องกัน

เพราะ พบบ่อยโดยในทุก ๆ 1 ชั่วโมง จะมีคนไทยมากกว่า 39 คนเป็นสโตรค

เพราะ เป็นแล้วส่วนใหญ่ พิการ หรือความจำเสื่อม

เพราะ ป้องกันได้ถึงร้อยละ 90

โรคหลอดเลือดสมองมีโอกาสเกิดได้ในทุกคน

อย่างไรก็ตาม เราสามารถลดความเสี่ยงจากภัยคุกคามของโรคนี้ได้ถึง 90%
ด้วยการปฏิบัติตามแนวทางวิถีชีวิตเพื่อทำให้มีสุขภาพดี

โดยหลีกเลี่ยง 4 โรค ได้แก่
- ความดันโลหิตสูง
- โรคเบาหวาน
- โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ
- โรคไขมันในเลือดสูง

ปฏิบัติ 6 พฤติกรรม ได้แก่
- ไม่อ้วน
- งดสูบบุหรี่
- หมั่นออกกำลังกาย
- ไม่เครียด
- งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- รับประทานผักและผลไม้

การดำเนินงานของศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราชไม่เพียงแต่ให้ความสำคัญเพียงการรักษาเท่านั้น แต่ยังเล็งเห็นถึงวิธีการป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ด้วยการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายที่หลากหลาย และเข้าถึงง่ายสำหรับทุกคน ทั้งการเดิน การวิ่ง และการปั่นจักรยาน ซึ่งการออกกำลังกาย คือหนึ่งในวิธีป้องกันโรคหลอดเลือดสมองที่ดีที่สุด และสามารถลดอัตราการเกิดโรคหลอดเลือดสมองถึง 1 ใน 3
โรคหลอดเลือดสมองป้องกันได้ง่าย ๆ แค่เริ่มออกกำลังกาย

โครงการ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 10
เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567

กิจกรรม "แสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต เฉลิมพระเกียรติ"

ที่จัดขึ้นทุกปีมีผลกระตุ้นให้คนไทยห่างไกลจากโรคนี้
ด้วยการ เดิน วิ่ง และปั่นจักรยาน

โดยจัดต่อเนื่อง **มาแล้ว 9 ปี**

มีผู้เข้าร่วมโครงการ จากทั่วประเทศ มากกว่า **300,000 คน**

และในครั้งนี้ เป็นการจัดกิจกรรมภายใต้แนวคิด
Healthy Thais Healthy Brains

เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 โดยให้ประชาชนทั้งประเทศร่วมกันออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพตัวเองในฐานะพสกนิกรของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ด้วยการเดิน วิ่ง หรือปั่นจักรยาน ในวันที่ 2 พฤศจิกายน 2567 รวมทั้งส่งเสริมสุขภาพกาย ใจ และสมองสู่เป้าหมายให้คนไทยสมองดี ห่างไกลจากโรคหลอดเลือดสมอง

Healthy Brains

สโตรค (Stroke)
โรคหลอดเลือดสมองรักษาได้ หากรีบมาโรงพยาบาล

ทุกวินาที ของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเป็นสิ่งสำคัญเมื่อขาดออกซิเจน
เซลล์สมองจะตาย 1.9 ล้านเซลล์ ต่อ 1 นาที

หากปล่อยให้ล่าช้า เซลล์สมองของผู้ป่วยจะตายมากขึ้น
ทำให้โอกาสหายจากความพิการน้อยลง

ศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช

ยกระดับการรักษา ผู้ป่วยทุกคน อย่างเท่าเทียม
โดยการลดเวลา การเปิดหลอดเลือด โดยใช้ยาสลายลิ่มเลือด
และการเข้าถึงการรักษา โดยใช้สายสวนหลอดเลือดสมอง 24 ชั่วโมง 7 วันต่อสัปดาห์

ทำให้ศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช เป็นศูนย์การรักษาโรคหลอดเลือดสมองชั้นนำของโลก

ปัจจุบันให้บริการผู้ป่วยไปกว่า 2,000 ราย พบว่าได้ผลดี

MSU-SOS WORK FLOW

ศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช ร่วมกับภาคีเครือข่าย ผนึกกำลัง ทีมสร้างต้นแบบเครือข่ายการรักษาโรคหลอดเลือดสมองครบวงจร "สแกน รักษา ส่งต่อ ครบจบในที่เดียว" ผ่านโครงการ MSU-SOS

พัฒนาและทดสอบการให้บริการรถ MSU-SOS และระบบปรึกษาทางไกล โดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล 5G ในพื้นที่กรุงเทพฯ และพื้นที่ห่างไกลทุกภาคทั่วประเทศไทย

จากความตั้งใจข้างต้นสู่ความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ที่ระดมความเชี่ยวชาญและสรรพกำลังทำให้วันนี้โครงการ "Mobile Stroke Unit-Stroke One Stop (MSU-SOS)"

ได้ขยายสู่พื้นที่นำร่องใน 7 จังหวัด ครอบคลุมพื้นที่

การให้บริการครบทุกภาคของประเทศ และในปี 2568 จะมีการขยายโครงการสู่โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราช 21 แห่งทั่วประเทศไทย เพื่อเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษา ที่ในหลวงทรงพระเมตตาต้องการให้คนไทยในทุกพื้นที่เข้าถึงการรักษาที่มีประสิทธิภาพได้อย่างเท่าเทียม

นอกจากนี้ศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราชได้ริเริ่มเปิดอบรมหลักสูตร

ซึ่งเป็นการสร้างเครือข่ายการรักษาและการวิจัยโรคหลอดเลือดสมอง อบรมเผยแพร่ความรู้ถ่ายทอดแนวคิดและกิจกรรมการดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองให้กับบุคลากรทางการแพทย์จากทั่วประเทศ ทำให้แนวทางการปฏิบัติง่าย และผลลัพธ์เป็นมาตราฐานเดียวกัน