

แพนิค..วิตกกังวล

Panic Disorder

โรคแพนิค เป็นโรควิตกกังวลอย่างหนึ่งซึ่งผู้ป่วยมักมีอาการต่อไปนี้ ใจเต้น เหงื่อออก มือสั่น หายใจไม่สะดวก รู้สึกเหมือนจะสำลัก เจ็บหน้าอก คลื่นไส้ เวียนศีรษะ รู้สึกขา รู้สึกร้อน วูบวาบ กลัวเสียดสี กลัวเสียชีวิต ผู้ป่วยไม่จำเป็นต้องมีอาการทุกอย่างดังกล่าว แต่ผู้ป่วยจะรู้สึกกังวลกับอาการที่เกิดขึ้นและกลัวว่าอาการจะเกิดขึ้นอีกในอนาคต

อาการ

อาการครั้งแรกมักเกิดขึ้นเองโดยไม่มีเหตุกระตุ้น และจะรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ จนรุนแรงมากที่สุดในเวลาประมาณ 10 นาที ผู้ป่วยมักรู้สึกกังวลว่าเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิต หรือคิดว่ามีเรื่องเลวร้ายเกิดขึ้น โดยตนเองไม่ทราบว่าเป็นเพราะอะไรถึงกลัวมากเช่นนั้น ผู้ป่วยอาจรู้สึกสับสน ไม่มีสมาธิ และมักพยายามออกจากสถานการณ์ที่ผู้ป่วยอยู่ เพื่อขอความช่วยเหลือ อาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นมักคงอยู่ประมาณ 20 - 30 นาที แต่ก็พบบ้างที่มีอาการคงอยู่เป็นชั่วโมง หลังจากนั้นอาการต่างๆ จะค่อยๆ หายไป ในช่วงที่ไม่มีอาการผู้ป่วยก็ยังคงกลัวว่าจะเกิดอาการขึ้นอีกในอนาคต

สาเหตุ

คาดว่าอาจมีหลายปัจจัยร่วมกัน เช่น พันธุกรรม สารสื่อประสาทในสมองบางชนิดทำงานผิดปกติ รวมทั้งปัจจัยทางจิตใจและทางสังคม

การรักษา

การรักษาประกอบด้วยการรักษาด้วยยา ซึ่งปัจจุบันมียาหลายชนิดที่รักษาโรคนี้นี้ออนข้างได้ผลดี การรับประทานยาต้องต่อเนื่องไปสักระยะ เพื่อให้อาการสงบจริงๆ ผู้ป่วยยังควรได้รับการบำบัดเพื่อปรับพฤติกรรมและแนวคิด เพื่อลดความกังวลกับอาการที่เกิดขึ้น ลดความเครียดที่เกี่ยวข้องกับสังคม สิ่งแวดล้อม การงาน เพื่อให้การรักษามีประสิทธิภาพมากขึ้น