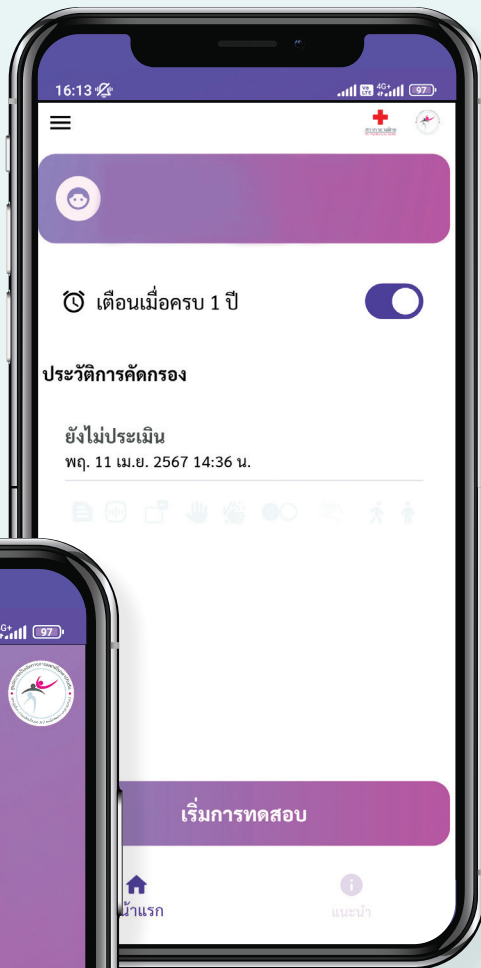


**เพียง 10 นาที
ทดสอบอาการเบื้องต้น
ได้ง่าย ๆ ด้วยตนเอง**

- แบบประเมินความเสี่ยง
- ทดสอบการออกเสียง
 - ทดสอบอาการสั้น
- ทดสอบการตอบสนองของนิ้วมือ
- ทดสอบการเดินและการทรงตัว



**กลุ่มเสี่ยง
ที่ควรคัดกรองโรคพาร์กินสัน**

- มีสมาชิกในครอบครัวป่วยด้วยโรคพาร์กินสัน
 - ผู้ที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปทุกคน
- คนที่มีกลุ่มอาการนำสำคัญของโรค
เช่น นอนละเมอเรื้อรัง ท้องผูกเรื้อรัง
จมูกไม่ค่อยได้กลิ่น



ดาวนั้ไหลด Check PD

ดาวนั้ไหลดและสมัครใช้งาน
แอปพลิเคชัน Check PD ได้ทั้งทาง
Play Store (สำหรับระบบปฏิบัติการ Android) และ
Apple App Store (สำหรับระบบปฏิบัติการ iOS)

สถานการณ์โรคพาร์กินสันในประเทศไทย

- โรคพาร์กินสันเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และเป็นโรคความเสื่อมของระบบประสาทที่พบเพิ่มขึ้น
- ประเทศไทยมีอัตราการเกิดโรค 175.2 คน ต่อประชากร 100,000 คน
- องค์การอนามัยโลกคาดการณ์ว่าภายใน พ.ศ. 2583 จำนวนของผู้ป่วยโรคพาร์กินสันในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้จะเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่า คือจากประมาณ 6 ล้านคนเป็น 12 ล้านคน
- ประเทศไทยมีอัตราการเพิ่มของผู้ป่วยโรคพาร์กินสันสูงสุดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

Check PD

แอปคัดกรองโรคพาร์กินสัน

รู้ไวป้องกันได้ก่อนเกิดโรค

ศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคพาร์กินสันและกลุ่มโรคความเคลื่อนไหวผิดปกติได้พัฒนา Check PD แอปพลิเคชันคัดกรองโรคพาร์กินสันขึ้น ด้วยแนวคิดยิ่งรู้ไวยิ่งสามารถป้องกันโรคได้ไว ซึ่ง ศ.นพ.รุ่งโรจน์ พิทยศิริ หัวหน้าศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคพาร์กินสันและกลุ่มโรคความเคลื่อนไหวผิดปกติ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย ได้เล็งถึงเป้าหมายในการพัฒนาแอปพลิเคชันนี้ว่า ต้องการนำเทคโนโลยีมาใช้เพื่อให้คนไทยเข้าถึงการรักษาโรคได้เร็วยิ่งขึ้น



“ส่วนใหญ่ผู้ป่วยที่มาหาหมอมักมีอาการเยาะ และหลายรายอาการรุนแรง แต่จำนวนผู้เชี่ยวชาญมีไม่เพียงพอ เราจึงสร้างศูนย์ความเป็นเลิศฯ ขึ้นมา ซึ่งเมื่อมีองค์ความรู้เราก็ควรพัฒนาต่อให้กว้างขึ้น หลายปีที่ผ่านมาเราฝึกอบรมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญได้ปีละ 2 คน ซึ่งเมื่อเทียบกับจำนวนผู้ป่วยแล้วถึงอย่างไรก็ไม่มีวันพอ แต่เนื่องจากปัจจุบันเทคโนโลยีก้าวหน้าขึ้นมาก พาร์กินสันเป็นโรคที่ผู้ป่วยมีปัญหาในการเคลื่อนไหว มีอาการสั่น เคลื่อนไหวช้า เดินลำบาก ซึ่งสมาร์ตโฟนมีเซนเซอร์จับการเคลื่อนไหวได้หมด ช่วง 2-3 ปีที่ผ่านมาเราใช้ความเชี่ยวชาญของเราในแต่ละด้าน พัฒนาอุปกรณ์วัดอาการสั่นในผู้ป่วย ศึกษาแต่ละอาการของโรคพาร์กินสันเพื่อนำมาพัฒนาเป็นเครื่องมือในแอปพลิเคชันที่ทำให้เกิดความแม่นยำในการวินิจฉัยโรค”

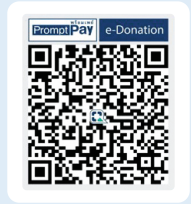
“ สิ่งสำคัญคือทุกคนต้องตื่นตัวในการดูแลสุขภาพตนเอง พวกเราในฐานะศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคพาร์กินสันฯ เราต้องทำหน้าที่ทำให้คนตื่นตัวในสิ่งที่เราเชี่ยวชาญ แล้วเราอยากนำความเชี่ยวชาญของเราทำให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมในวงกว้าง โรคพาร์กินสันเป็นโรคความเสื่อมทางระบบประสาทที่มีจำนวนผู้ป่วยเพิ่มเร็วที่สุดในกลุ่มโรคทางระบบประสาททั้งหมด ทั้งยังพบว่าโรคพาร์กินสันมีความเกี่ยวข้องกับโรคอื่น ๆ อีก เช่น โรคสมองเสื่อม โรคหลอดเลือดสมอง การตื่นตัวที่เราทำกับโรคใดโรคหนึ่ง พาร์กินสันโมเดลจะเป็นวงล้อที่ทำให้คนตื่นตัวเฝ้าระวังโรคอื่น ๆ อีก และเป็นอีกหนึ่งแรงที่ทำให้สังคมไทยตื่นตัวในการดูแลสุขภาพตนเอง”

ศ.นพ.รุ่งโรจน์ พิทยศิริ



โครงการเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

การพัฒนาแอปพลิเคชันและงานวิจัยต่าง ๆ เกี่ยวกับโรคพาร์กินสัน ได้รับการสนับสนุนจากโครงการเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผู้มีจิตศรัทธา สามารถร่วมสนับสนุนการดำเนินงานของโครงการได้ที่ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาภูมิภาคชาติไทย ชื่อบัญชี สาขาภูมิภาคไทย สำนักงานจัดหารายได้ ประภาพ บัญชีออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 045-2-62588-8 สามารถลดหย่อนภาษีได้ 2 เท่า



กลุ่มเสี่ยงที่ควรคัดกรองโรค

กลุ่มเสี่ยงที่ควรคัดกรองโรคคือ ผู้ที่มีสมาชิกในครอบครัวเป็นโรคพาร์กินสัน และผู้ที่อายุ 40 ปีขึ้นไป ทุกคน เนื่องจากโรคนี้จะมีสัญญาณเตือนก่อนเกิดโรค ประมาณ 10-20 ปี และพบว่าผู้ป่วยที่มีอาการของโรคชัดเจนหรือเป็นมากแล้วที่มาพบแพทย์นั้นมียุ่เฉลี่ย 60 ปี ผศ.(พิเศษ) ดร.พญ.จิรดา ศรีเงิน แพทย์ประจำศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคพาร์กินสัน และกลุ่มโรคความเคลื่อนไหวผิดปกติ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย กล่าวถึงกลุ่มเสี่ยงอายุ 40 ปีขึ้นไป และสัญญาณเตือนโรคพาร์กินสันที่ควรสังเกตตนเอง



“อยากให้ทุกคนทั่วทั้งประเทศ อยากรู้ให้ทั่วถึงไม่จำกัดเฉพาะในจังหวัดใหญ่ แล้วกลุ่มคนที่สงสัยตัวเองหรือมีความเสี่ยงก็เป็นกลุ่มที่เราอยากแนะนำให้เข้ามาทำการทดสอบจากแอปพลิเคชันเบื้องต้น ถ้าเจอผิดปกติก็สามารถพบแพทย์ตามสิทธิ์ต้นสังกัดได้เลย เราอยากให้การคัดกรองนี้เป็นจุดเริ่มต้นในการเปลี่ยนไลฟ์สไตล์ของทุกคนให้มีสุขภาพดีมากขึ้นในอนาคต และนี่อาจเป็นจุดเปลี่ยนจุดหนึ่งที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสุขภาพได้ในระยะยาว”

ผศ.(พิเศษ) ดร.พญ.จิรดา ศรีเงิน

“กลุ่มอายุมากกว่า 40 ปี หรือคนที่มีกลุ่มอาการนำต่าง ๆ เช่น นอนละเมอเรื้อรัง ท้องผูกเรื้อรัง จมูกไม่ค่อยได้กลิ่น หรือเป็นกลุ่มญาติสายตรงของผู้ป่วยโรคพาร์กินสัน เนื่องจากโรคพาร์กินสันนั้นเกี่ยวข้องกับพันธุกรรมด้วย กลุ่มนี้ควรตรวจคัดกรอง เราพบว่าผู้ป่วยที่เคลื่อนไหวผิดปกติที่มีอาการมากแล้วอายุเฉลี่ยของไทยประมาณ 60-63 ปี ทั้งนี้อาการนำที่เกิดขึ้นก่อนซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโรคความเสื่อมของระบบประสาทจะเกิดขึ้นมานานก่อนนั้นประมาณ 10-20 ปี เรายังเลยคิดเลขกลม ๆ 60 ลบ 20 จึงแนะนำว่าอายุ 40 ปีขึ้นไปควรเริ่มค้นหาสัญญาณเริ่มต้นของการ

เคลื่อนไหวผิดปกติ และทำซ้ำทุกหนึ่งปี เพราะอายุมากขึ้นก็เป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของโรคนี้ หรือคนที่เริ่มมีอาการเคลื่อนไหวเล็ก ๆ น้อย ๆ ผิดปกติ เช่น มือสั่น เคลื่อนไหวช้าลง แข็งเกร็ง ควรต้องมารับการคัดกรอง”

ในการตรวจคัดกรองด้วยแอปพลิเคชัน หากแสดงผลว่ามีความผิดปกติ แนะนำให้ไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยยืนยันต่อไป และสามารถป้องกันโรคได้ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม “กิน ชยับ หลับดี” โดยรับประทานอาหารที่เหมาะสม ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และการพักผ่อนนอนหลับที่มีคุณภาพ จะช่วยป้องกันและชะลอการเกิดโรคได้ ส่วนการพัฒนาแอปพลิเคชัน Check PD ในระยะถัดไปจะมีการพัฒนาเครื่องมือที่ช่วยติดตามอาการต่อเนื่องและการป้องกันโรคด้วย ■



ข้อมูลโดย :

ศ.นพ.รุ่งโรจน์ พิทยศิริ หัวหน้าศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคพาร์กินสันและกลุ่มโรคความเคลื่อนไหวผิดปกติ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย ผศ.(พิเศษ) ดร.พญ.จิรดา ศรีเงิน แพทย์ประจำศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคพาร์กินสันและกลุ่มโรคความเคลื่อนไหวผิดปกติ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย คุณสายสมร พุ่มพิศ ผู้จัดการโครงการเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

