

ยิ่งสูงวัย ยิ่งต้องใส่ใจ.. ดวงตา



ยิ่งอายุมากปัญหาสุขภาพก็ยิ่งเพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย เนื่องจากอวัยวะต่างๆ เสื่อมถอยตามช่วงวัย ซึ่งรวมถึงดวงตา ในผู้สูงอายุปัญหาสุขภาพดวงตาและการมองเห็นเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยและหลีกเลี่ยงไม่ได้

โรคทางดวงตา สามารถพบได้ทุกช่วงวัย แต่ที่พบได้บ่อยคือผู้สูงอายุหรือผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เพราะนอกจากอายุที่มากแล้ว ยังมาจากโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ พันธุกรรม ลักษณะการใช้ชีวิตที่ส่งผลให้ดวงตาเสื่อมและเกิดโรคทางดวงตาต่างๆ ได้ง่าย ความผิดปกติทางดวงตาที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุได้แก่

- ภาวะตาแห้ง ที่เกิดจากน้ำหล่อเลี้ยงมีปริมาณไม่เพียงพอที่จะให้ความชุ่มชื้นแก่ดวงตา
- ต้อกระจก เป็นโรคที่พบได้ปกติในผู้สูงอายุเพราะอาจเป็นภาวะที่ดวงตาเสื่อมตามวัย
- โรคต้อหิน เป็นโรคที่เกิดจากการเสื่อมของขั้วประสาทตาอย่างช้าๆ เกิดจากความดันในลูกตาสูง จนไปทำลายประสาทตา ซึ่งมีปัจจัยมาจากพันธุกรรม อายุ เชื้อชาติ และโรคประจำตัว
- โรคจอประสาทตาเสื่อม เกิดจากความเสื่อมตามช่วงวัย ผู้ป่วยอาจเริ่มจากการเห็นภาพเบลอจนกระทั่ง สูญเสียการมองเห็น หากไม่ได้รับการรักษาตั้งแต่ระยะแรก

ปัญหาการมองเห็นต่างๆ ที่กล่าวมานั้น ส่งผลต่อการใช้ชีวิตอย่างแน่นอน การตรวจสุขภาพดวงตาจึงมีความสำคัญ

ควรเริ่มตรวจตั้งแต่อายุ 40 ปี อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ซึ่งจะสามารถช่วยป้องกันและลดความเสี่ยงที่จะเกิดโรคทางดวงตาลงได้

ข้อมูลดีๆ จาก พญ.พวงเพชร นาคะพงศ์ จักษุแพทย์เฉพาะทางจอประสาทตาและน้ำวุ้นตา ศูนย์จักษุ โรงพยาบาลหัวเจียว