

หน้าฝนนี้ ...ทำอย่างไรให้ห่างไกลจาก“โรคตาแดง”



เข้าหน้าฝนที่ไร อาการเจ็บไข้ได้ป่วยก็มาเยือนทุกที ไม่เพียงแต่เสี่ยงกับโรกระบบทางเดินหายใจ หรือ โรคทางผิวหนังเท่านั้นนะ ดวงตาของเราก็มีความเสี่ยงเช่นกัน โดยเฉพาะ “โรคตาแดง” ระบาดทุกครั้งเลย เมื่อเข้าสู่ฤดูกาลนี้วันนี้ ผศ.พญ.ชาริรัตน์ จิรภาไพศาล จักษุแพทย์จาก TRSC ศูนย์เลสิกนานาชาติ จะมาให้ข้อมูลเรื่องนี้ค่ะ

ทำไม “โรคตาแดง” ถึงระบาดในหน้าฝนเพราะเมื่อฝนตก น้ำฝนจะไปชะล้างฝุ่นละอองที่อยู่ตามอาคาร หลังคาตามรั้วต่างๆ และอาจกระเด็นมาสู่ตาเราได้ ซึ่งน้ำที่ท่วมขังก็อาจจะมีเชื้อไวรัส หรือแบคทีเรีย เมื่อน้ำที่สกปรกนั้นกระเด็นเข้าตาเรา ก็จะเกิดการติดเชื้อไปอย่างรวดเร็ว อาการต่างๆ จะเกิดได้ภายใน 1-2 วัน และระยะการติดต่อไปยังผู้อื่นประมาณ 14 วัน โดยแบ่งอาการได้ดังนี้

1. ท่วมไปตาขาวมีสีแดงเรื่อๆ ระคายเคือง แสบตา น้ำตาไหล มีขี้ตามากกว่าปกติ
2. หากติดเชื้อไวรัส หนังตาจะบวม น้ำตาไหลมาก ต่อม่าน้ำเหลืองกทุมวม ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก ตาแพ้แสง
3. หากติดเชื้อแบคทีเรีย จะมีขี้ตาสีเขียว หรือสีเหลือง มีน้ำตาไหล ตาแฉะ มองเห็นไม่ชัด
4. หากเกิดจากการแพ้ จะรู้สึกคันตา แสบตา มีน้ำตาไหล

การป้องกัน

1. หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วย งดใช้ของร่วมกับผู้ป่วย เช่น ผ้าเช็ดหน้าผ้าเช็ดตัว
2. หลีกเลี่ยงฝุ่นละออง หรือน้ำสกปรกเข้าตา รวมไปถึงหลีกเลี่ยงการว่ายน้ำในสระนี้
3. รักษาความสะอาด ล้างมือให้สะอาด เลี่ยงการเอามือไปสัมผัสดวงตาบ่อย ๆ
4. ไม่อยู่ในพื้นที่แออัด เช่น รถสาธารณะ BTS MRT เป็นต้น หากจำเป็น ต้องสวมแว่นกันแดด กันฝุ่น กันลมช่วย

5. ระวังไม่ให้แมลง หรือสิ่งแปลกปลอมใดๆ เข้าตา

การรักษา

1. ควรพักผ่อนให้มากๆ ลากหยุดงานจนกว่าจะหายเพื่อลดการระบาดของโรค
2. ใช้น้ำตาเทียมช่วย หากมีอาการระคายเคืองตามาก ถ้าอาการยังไม่ดีขึ้นให้รีบไปพบแพทย์เพื่อรักษาต่อไป

ช่วงนี้ฝนตกหนักทุกวัน ดูแลสุขภาพกันด้วยนะคะ ดวงตาของเราก็ต้องการ การดูแลเป็นพิเศษเช่นกัน ฉะนั้นหากมีความผิดปกติเกิดขึ้นก็ไม่ควรละเลย รีบมาปรึกษาจักษุแพทย์ดีที่สุดค่ะ