

# โรคตา อันตรายที่ไร้สัญญาณเตือน



สุขภาพกายเสื่อม ยังมีสัญญาณเตือน แต่สุขภาพตานี้สิไม่มีสัญญาณเตือนใดๆ เลย แล้วจะแน่ใจได้อย่างไรว่าดวงตาเราจะไม่เป็นอะไร เพราะรู้ได้ก็ต่อเมื่อมีปัญหาแล้ว โรคทางตาบางโรคไม่แสดงอาการให้เห็นจนกว่าจะอยู่ในขั้นที่รุนแรง ซึ่งอาจไม่สามารถรักษาให้เป็นปกติได้ กว่าจะรู้ ก็เข้าขั้นสายเกินไป ปัญหานี้จะแก้ไขได้อย่างไร พญ.ปัจฉิมา จันทรินทร์ จักษุแพทย์ TRSC ศูนย์เลสิกนานาชาติ จะเป็นผู้ให้คำตอบค่ะ

เราจะรู้ได้อย่างไรว่าดวงตาเรากำลังมีปัญหา การตรวจสุขภาพตาเป็นประจำทุกปีสามารถให้คำตอบได้ ฉะนั้นการตรวจสุขภาพตาจึงมีความสำคัญมาก เพื่อเป็นการเฝ้าระวังโรคทางตาที่อาจจะเกิดขึ้น หรือวางแผนการรักษาโรคตาบางโรคที่กำลังเป็นอยู่ได้ ซึ่งโรคทางตาที่พบบ่อยมีดังนี้

## โรคน้ำวุ้นในตาเสื่อม

ธรรมชาติเมื่อเราอายุมากขึ้น น้ำวุ้นตาจะเกิดการละลายกลายเป็นน้ำ บางส่วนอาจจับตัวกันเป็นตะกอน เมื่อแสงส่องผ่านเข้ามาในลูกตากระทบตะกอนนี้ก็จะเกิดเงาบดบังจอประสาทตา ทำให้เราเห็นคล้ายมีจุด หรือคล้ายแมลงบินไปมา และขยับได้ตามการกลอกตาของเรา ซึ่งภาวะนี้มักไม่มีอันตรายหากไม่มีจอประสาทตาฉีกขาด แต่จะเกิดความรำคาญใจได้ จึงควรตรวจตาเพื่อหาว่ามีจอประสาทตาฉีกขาดเป็นรู หรือไม่ ซึ่งจะนำไปสู่การเกิดจอประสาทตาหลุด

## ลอก

### โรคจอประสาทตาหลุดลอก

เกิดขึ้นเมื่อจอประสาทตาหลุดลอกออกจากเนื้อเยื่อลูกตา จึงทำให้จอประสาทตาไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ และหากปล่อยไว้โดยไม่มีการรักษาก็จะส่งผลให้สูญเสียการมองเห็นในที่สุด อาการนำของโรคนี้ ได้แก่อาการมองเห็นแสงฟ้าแลบคล้ายไฟแฟลชชก้องถ่ายรูปรูป มีสิ่งบดบังในการมองเห็นมองเห็นเหมือนมีอะไรลอยไปมา มองเห็นเป็นจุดหรือใยแมงมุม, การมองเห็นมีเงาคัลายผ้ามาปิด หรือเหมือนน้ำท่วมที่ค่อยๆ สูงขึ้น การมองเห็นเสื่อมลงอย่างรวดเร็ว เป็นอาการที่รุนแรง และส่งผลต่อการมองเห็นได้ต้องรีบเข้ารับการรักษา

### โรคกระจกต่าย้วย หรือกระจกตาโค้ง

เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างภายในกระจกตา ทำให้กระจกตาบาง และโค้งออก ส่งผลให้การมองเห็นผิดปกติ มีสายตาสั้น สายตาเอียง ความสามารถในการมองเห็นลดลง โรคนี้มักพบในช่วงผู้ที่อายุน้อย และเชื่อว่าเกิดจากการขยี้ตา โรคนี้จะมีอาการรุนแรงที่สุดในช่วง อายุ 20 – 39 ปี ในบางรายอาจใช้เวลาหลายสิบปีจึงจะมีอาการรุนแรง ผู้ป่วยกลุ่มนี้ไม่ควรทำการแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ เพราะจะทำให้โรคดำเนินมากขึ้น

### โรคต้อหิน

เกิดขึ้นกับเส้นประสาทตา ซึ่งเชื่อมระหว่างดวงตา และสมอง หากความดันภายในตาส่งสูงกว่าระดับที่เส้นประสาทตาสามารถรับได้จะทำให้ใยเส้นประสาทตาถูกทำลาย และตายไป คนไข้จะมีขอบเขตในการมองเห็นค่อยๆ แคบลง ซึ่งหากไม่ได้รับการรักษา ขอบภาพจะค่อยๆ หดเข้ามาจนถึงตรงกลาง และมองไม่เห็นในที่สุด ทำให้ตาบอดได้ ต้อหินแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ ประเภทที่มีอาการ และ ไม่มีอาการ

- ประเภทที่มีอาการ หรือต้อหินชนิดมุมปิด ความดันภายในตาจะสูงขึ้นอย่างเฉียบพลัน ทำให้เกิดอาการปวดตา ตาแดง ตามัว คลื่นไส้ อาเจียน ต้องรีบพบจักษุแพทย์
- ประเภทไม่มีอาการ หรือต้อหินชนิดมุมเปิด ในช่วงแรกจะไม่มีปัญหาในการมองเห็นเลย เนื่องจากบริเวณที่มองไม่เห็นอยู่บริเวณขอบๆ ภาพเท่านั้น จึงควรตรวจเช็คสุขภาพตา และได้รับการรักษาตั้งแต่ยังเป็นน้อยๆ

อย่างไรก็ตาม มีผู้ป่วยจำนวนหนึ่งที่ยังไม่เป็นต้อหิน แต่มีความเสี่ยงทางพันธุกรรม หรือลักษณะของลูกตาที่มีแนวโน้มน่าจะเกิดเป็นต้อหินได้ในอนาคต ผู้ป่วยกลุ่มนี้ต้องได้รับการตรวจติดตามอย่างต่อเนื่อง

### โรคต้อกระจก

เกิดจากเลนส์แก้วตาที่มีความขุ่นมัวเมื่ออายุมากขึ้น ซึ่งพบได้ทั่วไปในผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อาการมักจะมองเห็นได้ไม่ชัดเจนเหมือนปกติ ใส่ว่านช่วยก็ไม่ชัด มีแสงแตกกระจายแสงจ้าๆ ไม่ได้ ความคมชัด หรือความสดใสของสีภาพลดลง โดยอาการเหล่านี้ มักเป็นไปอย่างช้าๆ ใช้เวลาหลายปี

ใครบ้าง ..ที่ควรตรวจสุขภาพตาประจำปี

- ผู้ที่มีภาวะสายตาสั้นผิดปกติ ไม่ว่าจะผ่านการแก้ไขสายตาสั้นผิดปกติหรือไม่ก็ตาม ควรได้รับการตรวจสุขภาพตาเป็น

ประจำ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

- ผู้ที่อายุต่ำกว่า 40 ปี ควรตรวจสุขภาพตาอย่างน้อย 2 ปีต่อ 1 ครั้ง
- ผู้ที่อายุมากกว่า 40 ปี ควรเข้ารับการตรวจสุขภาพตาเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อเป็นการเฝ้าระวังโรคทางตาที่อาจเกิดขึ้นได้ เช่น โรคต้อหิน โรคต้อกระจก หรือโรคจอประสาทตาเสื่อม ฯลฯ
- ผู้ที่มีประวัติครอบครัวเป็นโรคทางตา
- ในเด็กเล็ก ควรตรวจก่อนเข้าโรงเรียน

ดวงตาเป็นอวัยวะที่สำคัญ เพราะใช้งานหนักในทุกๆ วัน ตั้งแต่ตื่น จนถึงเข้านอน เพื่อให้ดวงตามีสุขภาพที่ดีอยู่กับเราไปอีกนาน อย่ารอให้มีอาการแล้วค่อยดูแล เพราะอาจจะสายเกินแก้ ควรเข้ารับการตรวจสุขภาพตากับจักษุแพทย์เป็นประจำนะคะ