

**รพ.เมตาฯ เผย โรคตาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ**

กรมการแพทย์โดยจักษุแพทย์ รพ.เมตตาฯ เผย โรคตาที่พบมากในผู้สูงอายุ ได้แก่ ต้อกระจก ต้อหิน จุดภาพชัดที่จอตาเสื่อม ภาวะเบาหวานขึ้นจอตา และภาวะสายตายาวสูงอายุ แนะควรตรวจตาอย่างน้อยปีละครั้ง หากพบความผิดปกติในระยะแรกจะสามารถรักษาและป้องกันหรือชะลอความเสื่อมได้

**นายแพทย์ไพโรจน์ สุรัตนวนิช รองอธิบดีกรมการแพทย์** เปิดเผยว่าปัจจุบันประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ร้อยละ 70 ที่สายตาไม่ดี การมองเห็นไม่ชัดเจน เกิดภาวะสายตาเลือนรางหรืออาจตาบอดถ้าไม่ได้รับการรักษาตั้งแต่แรก เนื่องจากถ้าตรวจวินิจฉัยได้รวดเร็ว ผลการรักษามักได้ผลดี  การตรวจคัดกรองดวงตาไม่เพียงช่วยให้ค้นพบความผิดปกติของดวงตาในระยะเริ่มแรก แต่ยังช่วยให้ค้นพบโรคเกี่ยวกับดวงตาในขณะที่ยังไม่แสดงอาการ โดยเฉพาะในผู้สูงวัยที่ต้องพบกับความเสื่อม การตรวจคัดกรองดวงตาจะช่วยให้ทำการรักษาได้ทันท่วงทีก่อนที่อาการจะรุนแรงและอาจสูญเสียดวงตาไปในที่สุด

**นายแพทย์อภิชัย สิรกุลจิรา ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง)** กล่าวว่า โรคตาที่พบมากในผู้สูงอายุ คือ โรคต้อกระจก โรคต้อหิน จุดภาพชัดที่จอตาเสื่อม ภาวะเบาหวานขึ้นจอตา และภาวะสายตายาวสูงอายุ นอกจากนี้ยังมีโรคตาอีกหลายโรคที่สามารถเกิดขึ้นได้หากไม่ระวัง ดังนั้นผู้สูงอายุควรได้รับการตรวจตาโดยจักษุแพทย์อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง หากพบความผิดปกติในระยะแรกจะสามารถรักษาและป้องกันหรือชะลอความเสื่อมได้ นอกจากนี้ควรดูแลสุขภาพของตนเอง สวมแว่นกันแดดเป็นประจำ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสายตา เช่น ผัก ผลไม้ สีเขียว สีเหลือง และไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

**แพทย์หญิงมิ่งขวัญ ลำยองเสถียร นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ** กล่าวเพิ่มเติมว่า ผู้สูงอายุที่มารับการรักษาโรคตาที่โรงพยาบาลเมตตาฯ มากเป็นอันดับต้นๆ คือ1.โรคต้อกระจก 2.ภาวะเบาหวานขึ้นจอตา 3.โรคต้อหิน ซึ่งโรคตาที่พบมากในผู้สูงอายุที่พบบ่อยที่สุดและเป็นเมื่ออายุมากขึ้น คือ**1.ต้อกระจก** เกิดจากความขุ่นมัวของเลนส์แก้วตาธรรมชาติ จากสาเหตุส่วนใหญ่เป็นการเปลี่ยนแปลงตามอายุที่มากขึ้น ทำให้แสงผ่านเข้าไปที่จอตาประสาทด้านในลูกตาได้น้อยลง ผู้ป่วยจะมีอาการตามัวและเป็นมากขึ้นเรื่อยๆถ้าปล่อยทิ้งไว้ไม่รักษาอาจตาบอดได้ วิธีการรักษาคือการผ่าตัดเอาเลนส์ตาที่ขุ่นออก และใส่เลนส์แก้วตาเทียมแทนที่ **2. ภาวะเบาหวานขึ้นจอตา** สาเหตุจากโรคเบาหวานทำให้เกิดการอุดตันของเส้นเลือดฝอยส่งผลให้ขาดเลือดและออกซิเจนที่ไปเลี้ยงจอตา และกระตุ้นให้เกิดการสร้างเส้นเลือดใหม่อย่างผิดปกติที่จอประสาทตา ซึ่งความผิดปกติที่เกิดขึ้นนั้นไม่สามารถแก้ไขให้กลับมาเป็นสภาพปกติได้ การรักษาที่มีอยู่ในปัจจุบันมุ่งหวังให้โรคไม่ลุกลามไปจากระยะที่เป็นอยู่ ดังนั้นการป้องกันที่ดีที่สุดคือการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติรวมทั้งดูแลโรคประจำตัวอื่นๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไต ไขมันในเลือดสูงอย่างเหมาะสมและผู้ป่วยเบาหวานทุกคนต้องตรวจตาโดยจักษุแพทย์อย่างน้อยปีละครั้ง **3. ต้อหิน** เป็นภัยเงียบที่อาจนำไปสู่การสูญเสียการมองเห็นอย่างถาวรโดยที่ผู้ป่วยไม่ทันรู้ตัวเกิดจากความดันในลูกตาที่สูงขึ้นจนมีการทำลายประสาทตา ปัจจัยเสี่ยงได้แก่ ผู้ที่มีบุคคลในครอบครัวที่เป็นต้อหิน อายุที่เพิ่มมากขึ้น ผู้ที่มีโรคประจำตัวบางชนิดที่มีการใช้ยาสเตียรอยด์อย่างต่อเนื่องเป็นต้น โรคนี้มักไม่มีอาการ จะเริ่มสูญเสียลานสายตา คือการมองเห็นจำกัดวงแคบลงเรื่อยๆและสูญเสียการมองเห็นอย่างถาวร อาจมีต้อหินบางประเภท เช่น ต้อหินมุมปิดเฉียบพลันที่มีอาการปวดมาก ตามัวลงและตาแดง ถือเป็นภาวะเร่งด่วนมากต้องมาพบจักษุแพทย์ทันที สำคัญที่สุดคือผู้ป่วยต้องมาตรวจติดตามอาการและปฏิบัติตามคำแนะนำของจักษุแพทย์อย่างเคร่งครัด **4. จุดภาพชัดจอตาเสื่อม** เกิดจากภาวะเสื่อมของจุดภาพชัดที่อยู่ส่วนกลางของจอตา ทำให้การมองเห็นส่วนกลางของภาพมัวลง โดยที่บริเวณรอบข้างยังเห็นได้ปกติ ปัจจัยเสี่ยง คือ ภาวะสูงวัย แสงรังสี UV สูบบุหรี่ และความดันโลหิตสูง ในระยะเริ่มต้นอาจไม่มีอาการ เมื่อจอตาเสื่อมมากขึ้นจะมีอาการตามัว เห็นภาพบิดเบี้ยว เห็นจุดดำตรงกลางภาพ หรือสูญเสียการมองเห็นตรงกลางภาพโดยไม่มีอาการปวด **5. ภาวะสายตายาวในผู้สูงอายุ** ทำให้การมองเห็นไม่ชัดเจน ผู้ป่วยจะอ่าน หรือเขียนหนังสือ ทำงานเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ในระยะใกล้ไม่ชัดเจน แต่มองไกลได้ปกติ บางคนมีอาการตาพร่า หรือปวดตา มักเริ่มมีอาการเมื่ออายุ 40 ปีขึ้นไป เนื่องจากความสามารถและระยะในการเพ่งปรับสายตาลดลง เลนส์แก้วตาแข็งตัวขึ้นและการทำงานของกล้ามเนื้อตาลดลง สามารถแก้ไขได้ด้วยการใช้แว่นสายตา แต่ควรมาตรวจกับจักษุแพทย์ให้แน่ใจว่า ไม่มีความผิดปกติของโรคตาอื่นๆร่วมด้วย

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

#ตรวจสุขภาพดวงตา#รู้ทันโรคดวงตา #โรคต้อหิน #ต้อกระจก #วุ้นตาเสื่อม #จอประสาทตา

-ขอขอบคุณ-

31 สิงหาคม 2565