

4 ต. โรคต้อ ของดวงตาที่ควรรู้จัก



ศูนย์ : ศูนย์จักษุ

บทความโดยแพทย์ : พญ. วิภาวี วงษ์ไชยคณากร

เมื่อพูดถึง “โรคต้อ” ต้องระบุให้ชัดเจนว่าเป็นโรคต้อชนิดใด เพราะมีหลายแบบ ซึ่งแต่ละแบบก็มีลักษณะอาการที่แตกต่างกันออกไป โดยมากแล้วโรคนี้มักพบบ่อยในผู้สูงอายุ แต่วัยอื่นๆ ก็อย่าเพิ่งชะล่าใจไป เพราะหากไม่ถนอมดวงตาดีๆ ก็มีโอกาสเสี่ยงเป็นโรคนี้ได้เช่นกัน อย่างนั้นมาทำความรู้จักกับโรคต้อกันดีกว่าคะ ว่ามีอะไรบ้าง แล้ว “ต้อ” แต่ละอย่างต่างกันอย่างไร?

1. ต้อกระจก (Cataract)

เกิดจากเลนส์แก้วตาขุ่น ทำให้แสงผ่านเข้าตาน้อย ปัจจัยเสี่ยงคือ อายุที่มากขึ้น ส่วนปัจจัยเสี่ยงร่วมอื่นๆ ได้แก่ การได้รับแสง UV บ่อยๆ หรือแสงแดดจามากๆ การสูบบุหรี่ การใช้อยาสเตียรอยด์ รวมถึงโรคประจำตัว เช่น

โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ทำให้เป็นต้อกระจกเร็วขึ้น ซึ่งผู้ป่วยต้อกระจกจะมีการมองเห็นภาพซ้อน มัว ตาแดง ไม่ได้แต่กลับมองเห็นปกติในที่มืดสลัวๆ มีฝ้าขาวบริเวณกลางรูม่านตาในผู้ที่ต้อกระจกสุกเต็มที่

ด้านการป้องกัน

โรคต้อกระจกอย่างหนึ่ง คือ การรับประทานอาหารจำพวก ผัก ผลไม้ที่มีสารแอนติออกซิแดนท์(Antioxidant) ในปริมาณสูงๆ จะช่วยลดโอกาสที่จะเป็นต้อกระจกได้ เช่น ผักสีเขียวเข้ม (คะน้า บรอกโคลี ใบยอ บัวยักษ์ และใบขี้เหล็ก) ผลไม้ที่มีวิตามินซีมากๆ เช่น ฝรั่ง มะม่วง ส้มเขียวหวาน มะกอก มะนาว เป็นต้น รวมทั้งลดปัจจัยที่ทำให้เกิดต้อกระจกก่อนวัย คือ การสูบบุหรี่ การกินหรือหยอดยาสเตียรอยด์

วิธีการรักษา

หากผู้ป่วยรู้ตัวตั้งแต่นั้นๆ ว่าเป็นต้อกระจก ในช่วงที่ยังมีอาการเล็กน้อย เลนส์ตายังไม่ขุ่นมาก สามารถรักษาได้โดยหยอดตาทุกวัน (วันละ 3-4 ครั้ง) ทั้งนี้การหยอดตาไม่ได้เป็นการรักษาโรคต้อกระจก เป็นแค่การชะลออาการไม่ให้เลนส์ตาขุ่นเร็วขึ้นเท่านั้น แต่วิธีการรักษาต้อกระจกที่ได้ผลดีที่สุดคือการผ่าตัด โดยวิธีการผ่าตัดต้อกระจกออกและฝังเลนส์เทียม

2.ต้อหิน (Glaucoma)

พบได้น้อยกว่าต้อกระจก แต่เป็นภัยเงียบที่อาจนำไปสู่การสูญเสียการมองเห็นอย่างถาวรได้โดยไม่รู้ตัว ซึ่งสาเหตุเกิดจากความดันลูกตาที่สูงขึ้นจนทำลายประสาทตา

ผู้ที่มีบุคคลในครอบครัวเป็นต้อหินก็จะมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น ส่วนปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ได้แก่ เชื้อชาติ อายุ การหยาดยาสเตียรอยด์ ภาวะสายตาสั้นมากๆ โรคประจำตัวบางชนิด เช่น เบาหวาน

อาการของต้อหินในช่วงแรกไม่แสดงอาการจนเริ่มสูญเสียลานสายตา คือ การมองเห็นจำกัดวงแคบลง แต่ในต้อหินบางประเภท เช่น ต้อหินมุมปิดเฉียบพลัน จะมีการปวดตามาก ซึ่งโรคต้อหินแบ่งได้ 4 ชนิด

1. **ต้อหินชนิดมุมเปิด** พบได้บ่อยร้อยละ 60-70 ของทั้งหมด เกิดจากเนื้อเยื่อส่วนที่ทำหน้าที่กรองน้ำหล่อเลี้ยงลูกตาผิดปกติ ทำให้ความดันลูกตาเพิ่มสูงขึ้น และทำลายข้อประสาทตาในที่สุด แบ่งเป็นชนิดความดันตาสูงและชนิดความดันตาดปกติ โดยที่ผู้ป่วยอาจมีอาการปวดตาเล็กน้อยแต่ส่วนมากมักไม่ปวดตา
2. **ต้อหินชนิดมุมปิด** พบได้บ่อยร้อยละ 10 ของทั้งหมด เกิดจากความผิดปกติของโครงสร้างลูกตา ทำให้เกิดการอุดตันของน้ำหล่อเลี้ยงในลูกตา กรณีที่เกิดขึ้นเฉียบพลันผู้ป่วยจะมีอาการปวดตา ตาแดง ตามัว ปวดศีรษะ เมื่อมองไปที่แสงไฟจะเห็นเป็นวงกลมจาง หรือสีรุ้งรอบดวงไฟ หากรุนแรงมาก จนเกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน
3. **ต้อหินในทารกและเด็กเล็ก** พบเกิดร่วมกับความผิดปกติตั้งแต่แรกคลอดของดวงตา อาจมีความผิดปกติทางร่างกายร่วมด้วย และโรคนี้อาจถ่ายทอดทางพันธุกรรม
4. **ต้อหินชนิดแทรกซ้อน**

เกิดจากความผิดปกติอย่างอื่นของดวงตา เช่น การอักเสบ ต้อกระจกที่สุกมาก อุบัติเหตุต่อดวงตา การใช้ยาหยอดตาบางชนิดและภายหลังการผ่าตัดตา เช่น เปลี่ยนกระจกตา หรือการผ่าตัดต้อกระจกที่มีภาวะแทรกซ้อน

วิธีการรักษา

ต้องหยอดตาลดความดันลูกตาอย่างสม่ำเสมอ หรือการใช้เลเซอร์ผ่าตัดตามดุลยพินิจของแพทย์ สำหรับผู้ที่ยังไม่เป็นโรค วิธีที่การป้องกันอาการต้อหินที่ดีที่สุดคือ ตรวจพบในระยะเริ่มแรก โดยการตรวจสุขภาพตาเป็นประจำทุกปีเมื่อมีอายุมากกว่า 40 ปี โดยเฉพาะในผู้ที่มีประวัติครอบครัวเป็นต้อหิน

3. ต้อลม (Pinguecula)

เกิดจากความเสื่อมของเยื่อบุตาขาว ที่พบได้บ่อยเป็นก้อนขนาดเล็ก หนูน พบที่หัวตามากกว่าหางตา สาเหตุมาจากการได้รับรังสีอัลตราไวโอเล็ตที่อยู่ในแสงแดด การสัมผัสฝุ่น ควัน ความร้อนที่ทำให้เกิดการระคายเคืองของเยื่อบุตาขาว กรณีที่ต้อลมมีขนาดใหญ่หรืออักเสบจะมีอาการเคืองตา แสบตา น้ำตาไหล จะเป็นมากขึ้นเมื่ออยู่กลางแจ้งแดด หรือโดนลม

วิธีการรักษา

ผู้ที่เป็นต้อลมหากมีอาการเคืองตา น้ำตาไหล ตาแดง แพทย์จะให้ยาหยอดตาเพื่อบรรเทาอาการระคายเคืองตาและทำให้ตาไม่แดง แต่ยาหยอดตาไม่สามารถทำให้ต้อลมหายไปได้นอกจากนี้เมื่อมีอาการเคืองตามากไม่ควรซื้อยาหยอดตาใช้เอง เพราะยาบางตัวอาจมีส่วนผสมที่อันตราย ทั้งนี้ต้อลมนั้นไม่จำเป็นต้องผ่าตัดออกเพราะเป็นเพียงก้อนเนื้อขนาดเล็กๆ ไม่มีอันตรายต่อตาและไม่ใช้โรคร้ายแรง ดังนั้น วิธีที่ดีที่สุด คือการป้องกันการเกิดโรคนั่นเอง

4. ต้อเนื้อ (Pterygium)

ลักษณะอาการเหมือนต้อลม เพียงแต่มีก้อนเนื้อเป็นรูปสามเหลี่ยมยื่นเข้าไปในตาดำ อาการส่วนใหญ่จะมีตาแดง ระคายเคือง คันตา เห็นภาพไม่ชัด เพราะต้อเนื้อจะค่อยๆ ลุกลามเข้าตาดำจนค่อยๆ ปิดรูม่านตา ซึ่งจะปิดบังการมองเห็นทำให้ตามัว หรือทำให้เกิดสายตาสั้น

วิธีการรักษา

จะคล้ายกับผู้ที่เป็นต้อลมคือ หากมีอาการเคืองตา น้ำตาไหล ตาแดง แพทย์จะให้ยาหยอดตาเพื่อบรรเทาอาการระคายเคืองตาและทำให้ตาไม่แดง

แต่ยาหยอดตาไม่สามารถทำให้ต้อเนื้อหายไป

ส่วนวิธีการผ่าตัดแพทย์จะพิจารณาให้รักษาด้วยวิธีนี้ก็ต่อเมื่อต้อเนื้อลุกลามเข้าไปบนกระจกตาขนาดพอสมควร แต่ถาเป็นน้อยก็ไม่จำเป็นต้องทำผ่าตัด เพราะต้อเนื้อไม่ใช่โรคร้ายแรงและในบางรายที่ลอกต้อเนื้อไปแล้ว อาจมีโอกาสกลับเป็นซ้ำได้ ซึ่งเมื่อเป็นซ้ำมักจะมีลักษณะที่หนาและแดงกว่าเดิม ในขณะที่การรักษาโดยการลอกอีกครั้งจะทำยากกว่าการลอกครั้งแรก

เมื่อรู้อย่างนี้แล้วก็ควรป้องกัน หมั่นดูแลตรวจสุขภาพดวงตาอย่างสม่ำเสมอ

หากใครที่เริ่มมีปัจจัยเสี่ยงก็ควรหลีกเลี่ยงตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อที่ว่าโรคต้อแบบไหนๆ จะได้ไม่เข้ามายุ่งกรายได้