

อาทิตย์สุขภาพ



'ต้อหิน'

ภัยเงียบที่อาจทำให้สูญเสียดวงตา

เคล็ดลับสุขภาพดี : นำเสนอคุณประโยชน์ของ "เมิร์ทเจีย"

ช่วยลดน้ำตัก ป้องกันสารพัดโรค

สรรหามาบอก : พบข่าวสารความเคลื่อนไหวกิจกรรม

ด้านสุขภาพ มีมาฝากกันหลากหลายเรื่อง

อ่านต่อหน้าไรดี

อาทิตย์สุขภาพ

'ต้อหิน'

ภัยเงียบที่อาจทำให้สูญเสียดวงตา



ดวงตาเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญ ทำให้เรามองเห็นและเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ บนโลกใบนี้ ถ้าต้องสูญเสียดวงตาไป

ทำให้ไม่สามารถมองเห็นได้อีกคงเป็นเรื่องที่ไม่มีใครอยากให้เกิดขึ้น!

เมื่ออายุย่างเข้าสู่วัย 40 ปี ความเสี่ยงในการเกิดโรคเกี่ยวกับตาก็เพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรค "ต้อหิน" ซึ่งพบได้

ประมาณร้อยละ 1 หมายความว่า

ในทุก 100 คนที่มีอายุ 40

ปีขึ้นไปมีโอกาสที่จะ

ตรวจพบโรคต้อหิน 1 คน ดังนั้นทุกคนควรพบจักษุแพทย์เพื่อ

ตรวจดูความเสี่ยงในการเกิดโรคต้อหิน ซึ่งโรคต้อหิน เป็นสาเหตุของตาบอดเป็นอันดับ 2

รองจากต้อกระจก แต่โรคต้อหินเป็นโรคที่ไม่แสดงอาการหรือสัญญาณเตือน จะรู้ตัวว่าเป็นก็อาจสายเกินแก้ แต่ถ้าได้รับการตรวจตาอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำก็สามารถแก้ไขและป้องกันได้

รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงมธุชิมา มธกรวัฒน์ ผู้อำนวยการศูนย์จักษุรักษ์ตา ชั้น 2 โรงพยาบาลศิริราช (อาคารคิวเฮ้าส์ สมุทรปราการ) กล่าวว่า ต้อหิน เป็นสาเหตุของการตาบอดประเภทที่สามารถป้องกันได้อันดับหนึ่งของสหรัฐอเมริกา ขณะเดียวกันยังมีประชากรอีกมากที่ไม่มีความรู้

ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคต้อหิน ซึ่งจะส่งผลให้การตาบอดจากโรคต้อหินในอนาคตมีมากขึ้น จากการศึกษาพบว่าประชากรที่เป็นต้อหินทั่วโลกจะมีประมาณ 72 ล้านคน ในอีก 5 ปีข้างหน้า หรือในปี พ.ศ.2563 ซึ่งในจำนวนนี้จะมีผู้ตาบอดทั้งสองข้างจากต้อหินประมาณ 10 ล้านคนทั่วโลก และกว่าครึ่งเป็นชาวเอเชีย

ต้อหิน คือ กลุ่มโรคของตาที่ทำให้เกิดการทำลายของเส้นประสาทตาแบบถาวร

สาเหตุส่วนมากมักเกิดจากความดันตาที่สูงกว่าปกติ โดยทั่วไปค่าความดันตาควรต่ำกว่า 20 มม.ปรอท หลายคนมีความเข้าใจว่าต้อหินคือการมีหินหรือสิ่งแปลกปลอมอยู่ในลูกตา ในความเป็นจริงแล้ว ต้อหินคือ การที่ลูกตาเรานำน้ำขังอยู่ในตตามากผิดปกติ น้ำในลูกตาเป็นคนที่

เดลินิวส์

Daily News
Circulation: 900,000
Ad Rate: 2,200

Section: First Section/เดลินิวส์ว่าไรดี

วันที่: อาทิตย์ 4 ตุลาคม 2558

ปีที่: - ฉบับที่: 24097

Col.Inch: 99.65 Ad Value: 219,230

คอลัมน์: อาทิตย์สุขภาพ: 'ต้อหิน' ภัยเงียบที่อาจทำให้สูญเสียดวงตา

หน้า: 1 (ล่างซ้าย), 4

PRValue (x3): 657,690

ศิลปิน: สีสี่

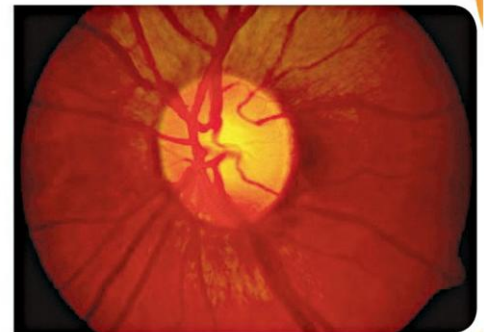
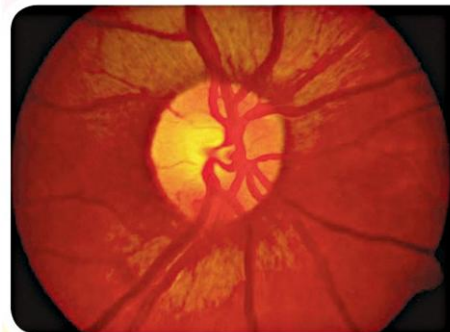
ชนิดกับน้ำตาที่หลั่งออกมา เวลาที่เรามีอาการคัน เคঁราเสียว น้ำในลูกตานั้นเป็นน้ำที่คอยหล่อเลี้ยง ส่วนต่าง ๆ ของลูกตาแทนกระแสเลือด มีการผลิตและการระบายออกในสัดส่วนที่ต้องเหมาะสม หากไม่สมดุลก็จะส่งผลให้น้ำขังอยู่ในลูกตา เกิดภาวะความดันลูกตาสูง ทำให้ลูกตาที่ปกติ ควรจะนุ่มเหมือนลูกบอล มีความแข็งตึงเหมือนหิน เราจึงเรียกกันว่า **ต้อหิน**

ประเภทของต้อหิน สามารถแบ่งได้หลายวิธี แต่การแบ่งที่นิยมในปัจจุบันคือ การแบ่งตามลักษณะของมุมช่องระบายน้ำในตาโดยแบ่งเป็น **1. ต้อหินชนิดมุมเปิด** คือ การที่ความดันตาสูงขึ้นโดยไม่มีความผิดปกติของการระบายน้ำแต่อาจเป็นเหตุจากการสร้างน้ำมากผิดปกติหรือการมีพังผืดหรือเยื่อหุ้มที่เจริญผิดปกติมาคลุมและขัดขวางทางระบายน้ำ

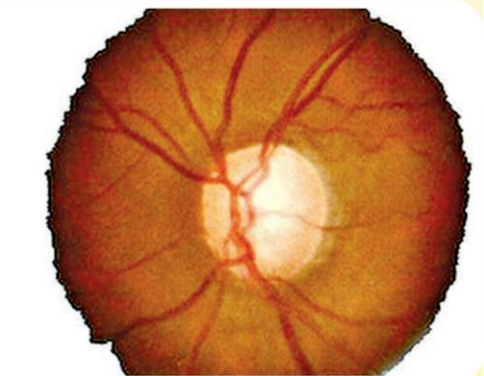
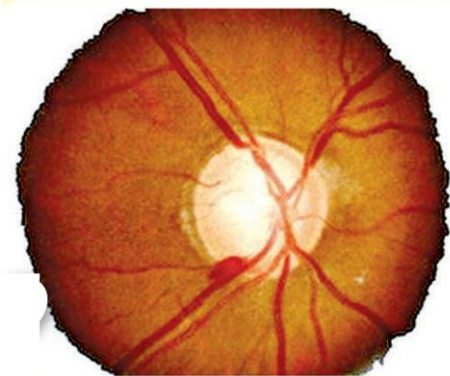
2. ต้อหินชนิดมุมปิด คือ ความผิดปกติที่เกิดจากการตีบแคบของทางระบายน้ำในลูกตา ซึ่งกรณีเช่นนี้การรักษาโดยการเปิดทางน้ำจะได้ผลในแง่ของการลดความดันตาได้ดี และมีโอกาสรักษาโรคต้อหินให้หายขาดได้ หากได้รับการรักษาอย่างทันทั่วทั้ง

ต้อหินในเด็ก พบได้ประมาณ 1 ใน 10,000 เกิดจากความดันตาที่สูงผิดปกติในเด็ก ซึ่งอาจพบได้ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยรุ่น ส่วนมากเป็นความผิดปกติของโครงสร้างลูกตาตั้งแต่กำเนิด อาจมีอาการหยีตาบ่อย ๆ น้ำตาไหล หรือสู้แสงไม่ได้ พบได้บ่อยในผู้ป่วยที่มีสายตาสั้นหรือยาวผิดปกติ

ทุกคนไม่ว่าอายุน้อยหรือมาก แข็งแรงหรือมีโรคประจำตัว มีโอกาสเป็นโรคต้อหินทั้งสิ้น ซึ่งสามารถประเมินความเสี่ยงของโรคต้อหินในประเด็นสำคัญได้ดังนี้ **1. อายุมากกว่า 40 ปี** จะมีความเสี่ยงมากขึ้น **2. มีโรคประจำตัว** ปัญหาด้านสุขภาพอื่น ๆ หรือมีโรคประจำตัวบางอย่าง เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ผู้ป่วยโรคข้อ ผู้ที่ต้องรับยาบางชนิดอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งผู้ที่มีความผิดปกติทางสายตา เช่น สายตาสั้นมาก หรือสายตาวาวมากผิดปกติ **3. มีความดันตาสูง** ปัจจัยเสี่ยงนี้เป็นปัจจัยเสี่ยงเพียงข้อเดียวที่สามารถรักษา และควบคุมเพื่อชะลอการทำลายของเส้นประสาทตาได้ และ **4. มีประวัติโรคต้อหินในครอบครัว** โรคต้อหินมัก



ชีวประสาทตาปกติ ขวา ซ้าย



ชีวประสาทตาในผู้ป่วยต้อหินขั้นรุนแรง

เดลินิวส์

Daily News
Circulation: 900,000
Ad Rate: 2,200

Section: First Section/เดลินิวส์ว่าไรดี

วันที่: อาทิตย์ 4 ตุลาคม 2558

ปีที่: - ฉบับที่: 24097

หน้า: 1 (ล่างซ้าย), 4

Col.Inch: 99.65 Ad Value: 219,230

PRValue (x3): 657,690

ศิลปิน: สีสี่

คอลัมน์: อาทิตย์สุขภาพ: 'ต้อหิน' ภัยเงียบที่อาจทำให้สูญเสียดวงตา



พบได้บ่อยในหมู่เครือญาติ

เนื่องจากต้อหินเป็นโรคที่ไม่มีอาการตา
มัวหรืออาการเจ็บปวดใด ๆ ผู้ป่วยจึงไม่สามารถ
ทราบว่าตนเองเป็นโรคต้อหิน ไม่ได้รับการตรวจ
วินิจฉัยที่เหมาะสม ทำให้การรักษาต้อหินเป็นไปได้
ยาก การวัดสายตาประกอบแว่น การวัดการมอง
เห็น ไม่เพียงพอสำหรับการประเมินภาวะต้อหิน
ดังนั้นการหมั่นพบจักษุแพทย์เพื่อทำการตรวจ
สุขภาพตา การวัดความดันตา และตรวจ
ประเมินความผิดปกติของขั้วประสาทตาโดย
จักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเป็นประจำเป็นเพียงวิธี
เดียวในการป้องกันโรคต้อหิน แล้ววันนี้คุณได้
ตรวจสุขภาพตาแล้วหรือยัง?

□ ก็บว่าไรดี □