

มอบพลังที่ดีที่สุด ให้กับเพื่อนคู่หูของคุณ

Energy lives here



Google™ Custom Search

ค้นหา

ต้อหิน... ภัยเงียบที่อาจทำให้สูญเสียดวงตา

หมวด » [ชีวิต ความรัก สุขภาพ](#) » [สุขภาพ](#) » [ต้อหิน... ภัยเงียบที่อาจทำให้สูญเสียดวงตา](#)

ดวงตาเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญ ทำให้เรามองเห็นและเรียนรู้สิ่งต่างๆ บนโลกใบนี้ ถ้าต้อหินสูญเสียดวงตาไปทำให้ไม่สามารถมองเห็นได้อีกคงเป็นเรื่องที่ไม่ดีใครอยากให้เกิดขึ้น แต่คนส่วนใหญ่จะไม่ค่อยให้ความสำคัญกับการดูแลดวงตา ลองถามตัวเองว่าคุณตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี เคยตรวจสุขภาพของดวงตาหรือไม่ เมื่ออายุ 40 ปี ขึ้นไป ความ

เสี่ยงในการเกิดโรคต้อหินพบได้ประมาณร้อยละ 1 หมายความว่าในทุก 100 คนที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปมีโอกาสที่จะตรวจพบโรคต้อหิน 1 คน ดังนั้นทุกคนควรพบจักษุแพทย์เพื่อตรวจดูความเสี่ยงในการเกิดโรคต้อหิน ซึ่งโรคต้อหิน เป็นสาเหตุของตาบอดเป็นอันดับ 2 รองจากต้อกระจก แต่โรคต้อหินเป็นโรคที่ไม่แสดงอาการหรือสัญญาณเตือน จะรู้ตัวว่าเป็นก็อาจสายเกินแก้ แต่ถ้าได้รับการตรวจตาอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำก็สามารถแก้ไขและป้องกันได้รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงมัณฑิมา มะกรวัฒน์ ผู้อำนวยการศูนย์จักษุรักษุ์ศดา ชั้น 2 ไลฟ์เซ็นเตอร์ (อาคารคิวเฮาส์ ลุมพินี) กล่าวว่าต้อหิน เป็นสาเหตุการตาบอดประเภทที่สามารถป้องกันได้ อันดับหนึ่งของประเทศสหรัฐอเมริกา ในขณะที่เดียวกันยังมีประชากรอีกมากที่ไม่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคต้อหิน ซึ่งจะส่งผลให้การตาบอดจากโรคต้อหินในอนาคตมีมากขึ้น ขึ้น จากการวิจัยคาดว่าประชากรต้อหินทั่วโลกจะมีประมาณ 72 ล้านคนทั่วโลก ในอีก 5 ปีข้างหน้า (ค.ศ.2020 หรือใน พ.ศ.2563)ซึ่งในจำนวนนี้จะมีผู้ตาบอดทั้งสองข้างจากต้อหินประมาณ 10 ล้านคนทั่วโลก และกว่าครึ่งเป็นชาวเอเชีย ดังนั้นเราจึงควรประชาสัมพันธ์ให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับโรคต้อหิน เพื่อลดจำนวนผู้ป่วยตาบอดจากโรคต้อหินต้อหินคือกลุ่มโรคของตาที่ทำให้เกิดการทำลายของเส้นประสาทตาแบบถาวร สาเหตุส่วนมากมักเกิดจากความดันตาที่สูงกว่าปกติ โดยทั่วไปค่าความดันตาควรต่ำกว่า 20 มม.ปรอท (ในประเทศไทยมีการสำรวจพบว่าค่าความดันตาเฉลี่ยต่ำกว่าค่าเฉลี่ยซึ่งใกล้เคียงกับประเทศในแถบเอเชีย เช่นญี่ปุ่น จีน เป็นต้น โดยอยู่ที่ประมาณ 12-14 มม.ปรอท) หลายคนมีความเข้าใจว่าต้อหินคือการมีหินหรือสิ่งแปลกปลอมอยู่ในลูกตา ในความเป็นจริงแล้วต้อหินคือการที่ลูกตาเรามีน้ำซึ่งอยู่ในตามากผิดปกติ น้ำในลูกตาเป็นคนที่คนละชนิดกับน้ำตาที่หึ่งออกมา เวลาที่เรามีอาการเศร้าเสียใจ น้ำในลูกตานี้เป็นน้ำที่คอยหล่อเลี้ยงส่วนต่างๆของลูกตา แทนกระแสเลือด มีการผลิตและการระบายออกในสัดส่วนที่ต้องเหมาะสม หากไม่สมดุลก็จะส่งผลให้น้ำซึ่งอยู่ในลูกตา เกิดภาวะความดันลูก

0

Tweet

0

Share

G+

ตาสูง ทำให้ลูกตาที่ปกติควรจะนุ่มเหมือนลูกบอล มีความแข็งตึงเหมือนหิน เราจึงเรียกกันว่าต้อหินประเภทของต้อหิน สามารถแบ่งได้หลายวิธี แต่การแบ่งที่นิยมในปัจจุบันคือการแบ่งตามลักษณะของมุมช่องระบายน้ำในตา โดยแบ่งเป็น 1. ต้อหินชนิดมุมเปิด คือ การที่ความดันตาสูงขึ้นโดยไม่มีความผิดปกติของการระบายน้ำแต่อาจเป็นเหตุจากการสร้างน้ำมากผิดปกติหรือการมีพังผืดหรือเยื่อหุ้มที่เจริญผิดปกติมาคลุมและขัดขวางทางระบายน้ำในกรณีเช่นนี้ผลตรวจจะไม่พบการตีบแคบของทางระบายน้ำ 2. ต้อหินชนิดมุมปิด คือ เป็นความผิดปกติที่เกิดจากการตีบแคบของทางระบายน้ำในลูกตา ซึ่งกรณีเช่นนี้การรักษาโดยการเปิดทางน้ำจะได้ผลในแง่ของการลดความดันตาได้ดี และมีโอกาสรักษาโรคต้อหินในหลายขนาดได้ หากได้รับการรักษาทันที่ทั้งที่ ในช่วงเวลาที่เหมาะสม 3. ต้อหินในเด็ก พบได้ประมาณ 1 ใน 10,000 เกิดจาก ความดันตาที่สูงมากผิดปกติในเด็ก ซึ่งอาจพบได้ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยรุ่น ส่วนมากเป็นความผิดปกติของโครงสร้างลูกตาตั้งแต่กำเนิด อาจมีอาการ หายตาบ่อยๆ น้ำตาไหล หรือสู้แสงไม่ได้ พบได้บ่อยในผู้ป่วยที่มีสายตาสั้นหรือยาวผิดปกติ ทุกคนไม่ว่าอายุน้อยหรือมาก แข็งแรงหรือมีโรคประจำตัว มีโอกาสเป็นโรคต้อหินทั้งสิ้น และความเสี่ยงจะมากขึ้นในผู้ที่มีอายุสูงขึ้น ซึ่งสามารถประเมินความเสี่ยงของโรคต้อหินได้ดังนี้ 1. อายุมากกว่า 40 ปี จะมีโอกาสเป็นโรคต้อหินมากขึ้นเมื่ออายุสูงขึ้น 2. มีโรคประจำตัว ปัญหาด้านสุขภาพอื่น ๆ หรือมีโรคประจำตัวบางอย่าง เช่น ความดันโลหิตสูงเบาหวาน ผู้ป่วยโรคข้อ ผู้ที่ต้องรับยาบางชนิดอย่างต่อเนื่อง เช่น ยาแก้แพ้ ยาสเตียรอยด์ รวมทั้งผู้ที่มีความผิดปกติทางสายตา เช่น สายตาสั้นมาก หรือสายตายาวมากผิดปกติ จะมีความเสี่ยงในการเกิดต้อหินสูงขึ้น 3. มีความดันตาสูง ปัจจัยเสี่ยงนี้เป็นปัจจัยเสี่ยงเพียงข้อเดียวที่สามารถรักษา และควบคุมเพื่อชะลอการทำลายของเส้นประสาทตาได้ จักษุแพทย์เท่านั้นที่จะสามารถบอกได้ว่าความดันตาของคุณสูงและกำลังทำลายเส้นประสาทตาของคุณอยู่ เมื่อเส้นประสาทตาถูกทำลายแล้วจะไม่สามารถรักษาให้กลับมาเป็นปกติได้ การลดความดันลูกตาจะสามารถช่วยชะลอการดำเนินโรคต้อหินได้ 4. มีประวัติโรคต้อหินในครอบครัว เช่นเดียวกับโรคต่างๆ หลายโรค โรคต้อหินมักพบได้บ่อยในหมู่เครือญาติ หากพ่อแม่พี่น้องเป็นโรคต้อหิน คุณจะมีความเสี่ยงในการเกิดโรคต้อหินสูงขึ้นแต่ไม่ได้หมายความว่า จะต้องเป็นโรคต้อหินเสมอไป 5. มีเชื้อชาติเอเชีย คนเอเชียมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต้อหินชนิดมุมปิดมากกว่าคนเชื้อชาติอื่น เนื่องจากโครงสร้างลูกตาของเรามีแนวโน้มที่จะมีความแคบของช่องระบายน้ำในลูกตาสูงกว่าประชากรในแถบตะวันตก จากการวิจัยพบว่าในแถบเอเชียพบโรคต้อหินมุมปิดได้มากกว่ายุโรปหรืออเมริกาถึง 9 เท่า 6. มีเชื้อชาติแอฟริกัน คนแอฟริกันมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต้อหินชนิดมุมเปิดมากกว่าคนทั่วไป 3-8 เท่า นอกจากนี้คนแอฟริกันอายุ 45-65 ปี มีความเสี่ยงที่จะเกิดการตาบอดจากต้อหินมากกว่าคนผิวขาวในอายุเดียวกันถึง 15 เท่า เนื่องจากต้อหินเป็นโรคที่ไม่มีอาการตมัวหรืออาการเจ็บปวดใดๆ ผู้ป่วยจึงไม่สามารถทราบว่าตนเองเป็นโรคต้อหิน ไม่ได้ได้รับการตรวจวินิจฉัยที่เหมาะสม ทำให้การรักษาต้อหินเป็นไปได้ยาก และเป็นสาเหตุการตาบอดอันดับต้นๆ ของประชากรทั่วโลก การวัดสายตาประกอบแว่น การวัดการมองเห็น ไม่เพียงพอสำหรับการประเมินภาวะต้อหิน ดังนั้นการหมั่นพบจักษุแพทย์เพื่อทำการตรวจสุขภาพตา การวัดความดันตา และตรวจประเมินความผิดปกติของขั้วประสาทตาโดยจักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเป็นประจำเป็นเพียงวิธีเดียวในการป้องกันโรคต้อหิน แล้ววันนี้คุณได้ตรวจสุขภาพตาของคุณแล้วหรือยัง?.....