

คุณเป็นโรค"ตาขี้เกียจ" หรือเปล่า

นำเสนอเมื่อ : 12 ธ.ค. 2552

คุณเป็นโรค"ตาขี้เกียจ" หรือเปล่า



ตาขี้เกียจ (lazy eye) หมายถึง ความสามารถในการมองเห็นลดลง โดยตรวจไม่พบโรคทางตาใดๆ แม้ใส่แว่นตาแก้ไขแล้วก็ไม่ดีขึ้น การมองเห็นที่แยกลงเกิดจากกระบวนการรับภาพก่อนที่จะส่งไปแปลผลยังสมองผิดปกติ ทำให้เกิดความผิดปกติในการพัฒนาของสายตาในช่วงวัยเด็กตามมามาก โดยอาจถูกขัดขวางได้จากภาวะตาเหล่ ตาเข สายตาสั้น ยาว เอียง ตอกระดูกหรือโรคอื่นๆ อาจเป็นในตาเดียวหรือสองตาก็ได้ ส่วนใหญ่จะเป็นตาเดียว

มีอีกคำที่ใช้กัน คือ Amblyopia หมายถึง ภาวะที่ความคมชัดของสายตาของตาข้างใดข้างหนึ่งลดน้อยลงไป หรือมีภาวะมัวลง ทำให้มองเห็นภาพวัตถุใดๆ ไม่เท่ากับตาอีกข้างหนึ่ง เป็นเพราะสาเหตุที่ตาข้างนั้นๆ ไม่ถูกใช้งานด้วยการมองเห็น หรือถูกปิดบังมีแสงจากภาพเขาสู่ศูนย์กลางความคมชัดได้ตรงเป้า ภาวะเช่นนี้จะเกิดขึ้นเฉพาะเด็กแรกเกิดจนถึงอายุ 6 ถึง 7 ขวบ ซึ่งเป็นระยะที่ความคมชัดของสายตาเด็กกำลังเจริญเติบโตและพัฒนาไปเรื่อยๆ ถ้าไม่ถูกใช้งานจะทำให้เกิดภาวะตาขี้เกียจเพิ่มปริมาณมากขึ้นตามอายุ จนกระทั่ง 6 ถึง 7 ขวบ ดังกล่าว ทั้งนี้และทั้งนั้น ความคมชัดของสายตาที่ด้อยลงไปนี้ไม่สามารถตรวจพบสิ่งผิดปกติที่จอประสาทตาได้

วิธีสังเกตสุขภาพสายตาเด็ก

ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเด็กควรระวังสังเกตหรือตรวจสุขภาพสายตาเด็กตั้งแต่อายุ 3 เดือนขึ้นไป ดังนี้

- โดยทั่วไปเด็กอายุ 3 เดือนควรจะสามารถจ้องภาพและเคลื่อนไหวตามวัตถุได้
- เด็กอายุน้อยกว่า 3 ขวบครึ่ง สามารถตรวจโดยการใช้ไฟฉายส่องหน้าเด็กในระยะ 1 ฟุต โดยปกติแสงไฟจะตกกระทบกระจกตาเป็นแสงสะท้อนทั้งสองตาบริเวณตรงกลาง ถ้าข้างใดข้างหนึ่งตกไม่ตรงกลาง แสดงว่าเด็กมีภาวะตาเข ควรพาไปพบแพทย์ แต่ถ้าตกตรงกลางแล้วลองปิดตาทีละข้างให้เด็กมองตามไฟ ถ้ายังคงตกตรงกลางตลอดถือว่าปกติ แต่ถ้าปิดตาแล้วเด็กพยายามมองลอดออกมาหรือไม่ยอมให้ตรวจ ให้สงสัยว่าตาข้างที่เปิดเด็กอาจจะมองไม่ชัด ควรจะได้รับการตรวจจากแพทย์เช่นกัน
- สำหรับเด็กอายุตั้งแต่ 3 ขวบครึ่งขึ้นไป มักจะยอมอ่านแผนวิตสายตแล้ว ซึ่งอาจจะเห็นรูปภาพ ตัวอักษรหรือตัวเลขโดยทั่วไปจะมีในโรงเรียนหรือโรงพยาบาล
- พัฒนาการด้านการมองเห็นจะเพิ่มขึ้นตามอายุ โดยการที่สมองจะเริ่มแปลสภาพการมองเห็นได้นั้น ภาพที่ได้จะต้องเป็นภาพที่คมชัด ตกที่จุดรับภาพบนจอประสาทตา ก่อนที่จะส่งต่อไปยังเซลล์สมองที่ทำหน้าที่ในส่วนของการมองเห็น พัฒนาการในส่วนนี้จะมีการพัฒนามากในช่วง 3 ปีแรก ถ้าปล่อยให้มัวภาพที่ไม่คมชัดตกลงบนจอตาโดยไม่ได้แก้ไข เมื่อสิ้นสุดระยะของการพัฒนาเซลล์สมองไปแล้ว การแก้ไขให้เห็นได้ชัดเจนขึ้นย่อมเป็นไปได้ยาก ซึ่งในสัตว์ทดลองพบว่า สัตว์ที่ถูกปิดตาไว้โดยไม่มีกระบวนการกระตุ้นให้สมองรับรู้การมองเห็นในช่วงแรก มีการลดลงของจำนวนและขนาดของเซลล์ในสมองส่วนที่ไขแปลผลการมองเห็นภาพอย่างถาวร

สาเหตุ

1. สายตาขี้เกียจจากตาเหล่ เป็นชนิดที่พบบ่อย และมักเป็นแค่ข้างเดียว สามารถพบในเด็กตาเหล่เข้าใน ซึ่งเด็กจะเห็นภาพซ้อน สมองจึงปรับตัวด้วยการยกเลิกการรับภาพจากตาข้างที่เหล่นั้น เพื่อให้ภาพจากตาข้างที่ดีเพียงข้างเดียว ผู้ป่วยที่มีตาเข ทำให้สายตาข้างเดียวในการมองเห็น ดังนั้นตาอีกข้างหนึ่งจึงไม่ได้รับการกระตุ้นอย่างเพียงพอ ในกลุ่มนี้มักจะเป็นสายตาขี้เกียจในข้างที่ไม่ได้มอง ตาเขตั้งแต่แรกเกิด โดยเฉพาะตาเขเข้าด้านใน คือตาเข้ามามาก ทำให้ตาข้างที่เขเข้าไม่ถูกใช้งาน หรือมองเห็นภาพด้วยศูนย์กลางการมองเห็นภาพชัด ทำให้ประสิทธิภาพค่อยๆ ลดลง จนกระทั่งถึงอายุ 6

- ถึง 7 ขวบ เลยจากอายุนีไปภาวะนี้จะไม่เกิด
2. สายตาสั้นก็เลยเนื่องจากมีสายตาสั้น สายตายาว หรือสายตาเอียงมากๆ มักเป็นทั้งสองข้าง ผู้ป่วยที่มีสายตาคิดปกติมากๆ อาจจะสายตาสั้น ยาว หรือเอียงมากทั้งสองข้างก็ได้
ทำให้ภาพที่ปรากฏถึงแม้จะเห็นสองตาแต่ไม่ชัดพอที่จะกระตุ้นการพัฒนาได้อย่างเต็มที่
ในกลุ่มนี้อาจเป็นสายตาสั้นก็เลยได้ทั้งสองข้าง เด็กหรือคนไขที่มีสายตาคิดปกติมากๆ และพอๆ กัน คือสั้นมากๆ หรือยาวมากๆ หรือเอียงมากๆ ทั้ง 2 ข้าง เมื่อโตขึ้นจนกระทั่งเข้าโรงเรียนได้จึงมาตรวจวัดสายตา
พบว่าเมื่อไซแวนแล้วจะมีอยู่หนึ่งข้างหรือบางคนที่ 2 ข้างเลย ที่ไม่สามารถจะปรับสายตาให้ขึ้นมาระดับคนปกติได้
เนื่องจากตาของคนไขเกิดภาวะขี้เกียจนามาก่อนหน้านี้แล้ว ยกตัวอย่างเช่น คนที่มีสายตาสั้น 900 หรือ 1,200
พวกนี้วัดสายตาประกอบแว่นแล้วอาจไม่เห็นภาพคมชัดเช่นคนปกติ
 3. สายตาสั้นก็เลยเนื่องจากสายตาสองข้างไม่เท่ากัน เช่น สายตาข้างหนึ่งสั้นมากๆ แต่อีกข้างหนึ่งปกติหรือสั้นน้อยกว่า
มักตรวจพบเมื่อเด็กเข้าโรงเรียนแล้ว ในขณะที่มีการวัดสายตาที่โรงเรียน ผู้ป่วยที่มีสายตาสองข้างแตกต่างกันมาก
ทำให้ตาข้างที่สายตาคิดปกติมากเห็นภาพมัวลง จนเกิดสายตาสั้นก็เลยได้ เด็กที่สายตาคิดปกติต่างกันมาก ๆ
สายตาสั้นมีขนาดไม่เท่ากันหรือยาวไม่เท่ากัน ยกตัวอย่างเช่น สายตาขวาสั้น 100 ข้างสายสั้น 800
จะพบว่าข้างซ้ายมีการมองเห็นไม่ชัดจนเทาขาว ตาซ้ายจะเกิดตาสั้นก็เลยภายหลัง จวบจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่
ถ้าวัดสายตาด้วยแผนตัวอักษรหรือตัวเลข ตาขวาจะได้ 6/6 ส่วนตาซ้ายอาจจะได้ 800 จะได้เพียง 6/12 หรือ 6/9 เท่านั้น
 4. สายตาสั้นก็เลยเนื่องจากความผิดปกติของตา ทำให้ภาพหรือแสงไปกระตุ้นได้ไม่เต็มที่ เช่น ผู้ป่วยเด็กที่เป็นต้อกระจก
ภาวะที่ตาข้างใดข้างหนึ่งมีความผิดปกติมาแต่กำเนิด เป็นต้นว่าเปลือกตาตึงมาปิดตาตุ่มครึ่งหรือคอนข้างใดข้างหนึ่งตลอดเวลา
ทำให้ตาข้างนั้นถูกปิดบังการมองเห็นหรือกระจกตาเป็นฝ้าขาว กระจกตาโค้งผิดปกติรูปร่าง
และที่สำคัญคือเป็นต้อกระจกตั้งแต่เกิด เด็กพวกนี้จึงต้องรีบแก้ไขให้ตาข้างนั้นในช่วงแรกโดยการให้แสง
ผ่านศูนย์กลางการมองเห็นให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้
 5. สายตาสั้นก็เลยเนื่องจากสายตาไม่ดีแต่กำเนิด มักพบอาการตาสั้นร่วมด้วย
และอาจพบได้ในผู้ที่ เป็นโรคขาดเม็ดสีซึ่งเป็นโรคพันธุกรรมที่พบได้ประปราย
 6. สายตาสั้นก็เลยจากการปิดตาข้างดีเพื่อรักษาอาการสายตาสั้นก็เลยอีกข้างนานมากเกินไป

การวินิจฉัย

การวินิจฉัยภาวะตาสั้นก็เลยนี้ จำเป็นต้องตรวจละเอียดโดยจักษุแพทย์
ผู้ปกครองควรเห็นความสำคัญและใส่ใจในการรักษา เพื่อผลการมองเห็นของเด็กที่ดี

การรักษา

1. แก้ไขที่สาเหตุ โดยทำให้ภาพตกที่จุดรับภาพของตาข้างที่มีสายตาสั้นก็เลยเป็นภาพที่คมชัด เช่น
ใส่แว่นตาที่ช่วยแก้ไขอาการสายตาคิดปกติ การผ่าตัดรักษาต้อกระจกแต่กำเนิด การผ่าตัดแก้ไขหนังตาตก เป็นต้น
2. กระตุ้นตาข้างที่มีสายตาสั้นก็เลยให้ทำงานดีขึ้นด้วยการปิดตาข้างที่ดี (patching) โดยเริ่มปิดตั้งแต่อายุ 6 เดือน ถึง 9 ปี
จักษุแพทย์จะเป็นผู้แนะนำระยะเวลาในการปิดตาของผู้ป่วยแต่ละราย ผู้ปกครองจำเป็นต้องให้กำลังใจสนับสนุน
คอยส่งเสริมให้เด็กใส่แว่นตาหรือปิดตา ความร่วมมือของเด็กขึ้นอยู่กับแรงผลักดันในครอบครัวเป็นสำคัญ
การรักษาสายตาสั้นก็เลยถึงจะได้ผลดี
3. การแก้ไขลักษณะนี้จักษุแพทย์ หรือผู้ที่เกี่ยวข้องเรื่องนี้จะต้องพยายามปิดตาเด็กที่ละข้างสลับกัน
เพื่อให้ตาข้างที่เข้ไขมองอะไรต่อมิอะไรเสียบ้าง เพราะลูกตาคนเรายิ่งไข่มองอะไรมาเท่าไร
ประสาทการรับภาพจะทำงานดีเป็นปกติ หรือถ้าวัดพบว่าตาข้างใดข้างหนึ่งเข้ไข ตั้งแต่อายุ 1 ถึง 2 ขวบ
ต้องพยายามช่วยเหลือเบื้องต้นด้วยการปิดตาข้างที่ไม่เข้ไขเพื่อบังคับตาข้างที่เข้ไขให้ไข่มองเป็นระยะๆ
4. ผู้ปกครองอาจต้องลองปิดตาตุ่มตาให้ลูกดูเป็นตัวอย่างก่อน เมื่ออยู่ในโรงเรียนต้องพยายามให้กำลังใจเด็ก
และต้องระวังการถูกล้อเลียน การรักษาโดยการปิดตา อาจใช้เวลาเป็นเดือนหรืออาจเป็นปี
5. ปัญหาที่อาจเกิดจากการปิดตา อาจพบผื่นแพ้ที่ผิวหนังจากการปิดตา แก้ไขได้โดยปิดตาเวลากลางวัน เปลี่ยนขนาด
และรูปร่างของผ้ามืดตา หากเด็กไม่ต้องการปิดตาเวลาอยู่ที่โรงเรียน ให้เลี้ยงปิดเวลาอื่นแทน

ปัจจุบันการดูแลเด็กที่ถูกต้อนอกจากการให้ได้รับวิตามินคัมกันโรคตามระยะเวลาที่แพทย์นัดแล้ว
เด็กควรได้รับการตรวจสุขภาพของระบบต่างๆ ตามเวลาที่เหมาะสม เช่น การตรวจสุขภาพฟัน
การตรวจตาโดยในทารกที่คลอดก่อนกำหนด
ควรได้รับการตรวจจอประสาทตาเพื่อเฝ้าระวังโรคจอประสาทตาในทารกคลอดก่อนกำหนดในช่วงอายุ 4-6 สัปดาห์
นอกจากนั้นในช่วงอายุประมาณ 1 ขวบควรตรวจดูว่าลูกมีปัญหาท่อน้ำตาอุดตัน ตาเขหรือความผิดปกติทั่วไปหรือไม่
และเมื่อเด็กเริ่มเข้าโรงเรียน ควรสังเกตว่าลูกมีปัญหาเรื่องสายตาสั้นหรือไม นอกจากนั้นในกรณีมีโรคทางตาที่อาจถ่ายทอดทางพันธุกรรม
เช่น โรคมะเร็งจอประสาทตา ในครอบครัว ควรนำลูกมาปรึกษาจักษุแพทย์ เพื่อรับการตรวจที่เหมาะสมตามอายุของเด็กต่อไป

ที่มา ไทยรัฐออนไลน์ ฉบับวันที่ 12 ธ.ค. 52