คุณเป็นโรค"ตาขี้เกียจ" หรือเปล่า

นำเสนอเมื่อ : 12 ธ.ค. 2552

คุณเป็นโรค"ตาขี้เกียจ" หรือเปล่า

ตาขี้เกียจ (lazy eye) หมายถึง ความสามารถในการมองเห็นลดลง โดยตรวจไม่พบโรคทางตาใดๆ แม้ใส่แว่นตาแก้ไขแล้วก็ไม่ดีขึ้น การมองเห็นที่แย่ลงเกิดจากกระบวนการรับภาพก่อนที่จะส่งไปแปลผลยังสมองผิดปกติ ทำให้เกิดความผิดปกติในการพัฒนาของสายตาในช่วงวัยเด็กตามมา โดยอาจถูกขัดขวางได้จากภาวะตาเหล่ ตาเข สายตาสั้น ยาว เอียง ต้อกระจกหรือโรคอื่นๆ อาจเป็นในตาเดียวหรือสองตาก็ได้ ส่วนใหญ่จะเป็นตาเดียว

มีอีกคำที่ใช้กัน คือ Amblyopia หมายถึง ภาวะที่ความคมชัดของสายตาของตาข้างใดข้างหนึ่งลดน้อยลงไป หรือมีภาวะมัวลง ทำให้มองเห็นภาพวัตถุใดๆ ไม่เท่ากับตาอีกข้างหนึ่ง เป็นเพราะสาเหตุที่ตาข้างนั้นๆ ไม่ถูกใช้งานด้วยการมองภาพ หรือถูกปิดบังมิให้แสงจากภาพเข้าสู่ศูนย์กลางความคมชัดได้ตรงเป้า ภาวะเช่นนี้จะเกิดขึ้นเฉพาะเด็กแรกเกิดจนกระทั่งถึงอายุ 6 ถึง 7 ขวบ ซึ่งเป็นระยะที่ความคมชัดของสายตาเด็กกำลังเจริญเติบโตและพัฒนาไปเรื่อยๆ
ถ้าไม่ถูกใช้งานจะทำให้เกิดภาวะตาขี้เกียจเพิ่มปริมาณมากขึ้นตามอายุ จนกระทั่ง 6 ถึง 7 ขวบ ดังกล่าว ทั้งนี้และทั้งนั้น ความคมชัดของสายตาที่ด้อยลงไปนี้ไม่สามารถตรวจพบสิ่งผิดปกติที่จอประสาทตาได้

วิธีสังเกตุสภาพสายตาเด็ก

ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเด็กควรจะสังเกตหรือตรวจสภาพสายตาเด็กตั้งแต่อายุ 3 เดือนขึ้นไป ดังนี้

- โดยทั่วไปเด็กอายุ 3 เดือนควรจะจ้องภาพและเคลื่อนไหวตามวัตถุได้
- เด็กอายุน้อยกว่า 3 ขวบครึ่ง สามารถตรวจโดยการใช้ไฟฉายส่องหน้าเด็กในระยะ 1 ฟุต โดยปกติแสงไฟจะตกกระทบกระจกตาเป็นแสงสะท้อนทั้งสองตาบริเวณตรงกลาง ถ้าข้างใดข้างหนึ่งตกไม่ตรงกลาง แสดงว่าเด็กมีภาวะตาเข ควรพาไปพบแพทย์ แต่ถ้าตกตรงกลางแล้วลองปิดตาทีละข้างให้เด็กมองตามไฟ ถ้ายังคงตกตรงกลางตลอดถือว่าปกติ แต่ถ้าปิดตาแล้วเด็กพยายามมองลอดออกมาหรือไม่ยอมให้ตรวจ ให้สงสัยว่าตาข้างที่เปิดเด็กอาจจะมองไม่ชัด ควรจะได้รับการตรวจจากแพทย์เช่นกัน
- สำหรับเด็กอายุตั้งแต่ 3 ขวบครึ่งขึ้นไป มักจะยอมอ่านแผ่นวัดสายตาแล้ว ซึ่งอาจจะเป็นรูปภาพ ตัวอักษรหรือตัวเลขโดยทั่วไปจะมีในโรงเรียนหรือโรงพยาบาล
- พัฒนาการด้านการมองเห็นจะเพิ่มขึ้นตามอายุ โดยการที่สมองจะเริ่มแปรสภาพการมองเห็นได้นั้น ภาพที่ได้จะต้องเป็นภาพที่คมชัดตกที่จุดรับภาพบนจอประสาทตา ก่อนที่จะส่งต่อไปยังเซลล์สมองที่ทำหน้าที่ในส่วนของการมองเห็น พัฒนาการในส่วนนี้จะมีการพัฒนามากในช่วง 3 ปีแรก ถ้าปล่อยให้มีภาพที่ไม่คมชัดตกลงบนจอตาโดยไม่ได้แก้ไข เมื่อสิ้นสุดระยะของการพัฒนาเซลล์สมองไปแล้ว การแก้ไขให้เห็นได้ชัดเจนขึ้นย่อมเป็นไปได้ยาก ซึ่งในสัตว์ทดลองพบว่า สัตว์ที่ถูกปิดตาไว้โดยไม่มีการกระตุ้นให้สมองรับรู้การมองเห็นในช่วงแรก มีการลดลงของจำนวนและขนาดของเซลล์ในสมองส่วนที่ใช้แปลผลการมองเห็นภาพอย่างถาวร

สาเหตุ

1. สายตาขี้เกียจจากตาเหล่ เป็นชนิดที่พบบ่อย และมักเป็นแค่ข้างเดียว สามารถพบในเด็กตาเหล่เข้าใน ซึ่งเด็กจะเห็นภาพซ้อน สมองจึงปรับตัวด้วยการยกเลิกการรับภาพจากตาข้างที่เหล่นั้น เพื่อให้ภาพจากตาข้างที่ดีเพียงข้างเดียว ผู้ป่วยที่มีตาเข ทำให้ใช้ตาข้างเดียวในการมอง ดังนั้นตาอีกข้างหนึ่งจึงไม่ได้รับการกระตุ้นอย่างเพียงพอ ในกลุ่มนี้มักจะเป็นสายตาขี้เกียจในข้างที่ไม่ได้มอง ตาเขตั้งแต่แรกเกิด โดยเฉพาะตาเขเข้าด้านใน คือตาดำเข้ามาชิดกันมาก ทำให้ตาข้างที่เขเข้าไม่ถูกใช้งาน หรือมองภาพด้วยศูนย์กลางการมองภาพชัด ทำให้ประสิทธิภาพด้อยๆ ลดลง จนกระทั่งถึงอายุ 6

ถึง 7 ขวบ เลยจากอายุนี้ไปภาวะนี้จะไม่เกิด

2. สายตาขี้เกียจเนื่องจากมีสายตาสั้น สายตายาว หรือสายตาเอียงมากๆ มักเป็นทั้งสองข้าง ผู้ป่วยที่มีสายตาผิดปกติมากๆ อาจจะสายตาสั้น ยาว หรือเอียงมากทั้งสองข้างก็ได้ ทำให้ภาพที่ปรากฏถึงแม้จะเห็นสองตาแต่ไม่ชัดพอที่จะกระตุ้นการพัฒนาได้อย่างเต็มที่ ในกลุ่มนี้อาจเป็นสายตาขี้เกียจได้ทั้งสองข้าง เด็กหรือคนไข้ที่มีสายตาผิดปกติมากๆ และพอๆ กัน คือสั้นมากๆ หรือยาวมากๆ หรือเอียงมากๆ ทั้ง 2 ข้าง เมื่อโตขึ้นจนกระทั่งเข้าโรงเรียนได้จึงมาตรวจวัดสายตา พบว่าเมื่อใช้แวนแล้วจะมีอยู่หนึ่งข้างหรือบางคนทั้ง 2 ข้างเลย ที่ไม่สามารถจะปรับสายตาให้ขึ้นมาระดับคนปกติได้ เนื่องจากตาของคนไข้เกิดภาวะขี้เกียจนำมาก่อนหน้านี้แล้ว ยกตัวอย่างเช่น คนที่มีสายตาสั้น 900 หรือ 1,200 พวกนี้วัดสายตาประกอบแวนแล้วอาจไม่เห็นภาพคมชัดเช่นคนปกติ
3. สายตาขี้เกียจเนื่องจากสายตาสองข้างไม่เท่ากัน เช่น สายตาข้างหนึ่งสั้นมากๆ แต่อีกข้างหนึ่งปกติหรือสั้นน้อยกว่า มักตรวจพบเมื่อเด็กเข้าโรงเรียนแล้ว ในขณะที่มีการวัดสายตาที่โรงเรียน ผู้ป่วยที่มีสายตาสองข้างแตกต่างกันมาก ทำให้ตาข้างที่สายตาผิดปกติมากเห็นภาพมัวลง จนเกิดสายตาขี้เกียจได้ เด็กที่สายตาผิดปกติต่างกันมาก ๆ สายตาสั้นมีขนาดไม่เท่ากันหรือยาวไม่เท่ากัน ยกตัวอย่างเช่น สายตาขวาสั้น 100 ข้างสายสั้น 800 จะพบว่าข้างซ้ายมีภาวะการมองเห็นไม่ชัดเจนเท่าข้างขวา ตาซ้ายจะเกิดตาขี้เกียจภายหลัง จวบจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ถ้าตรวจสายตาด้วยแผนตัวอักษรหรือตัวเลข ตาขวาจะได้ 6/6 ส่วนตาซ้ายแม้จะใส่แวน 800 จะได้เพียง 6/12 หรือ 6/9 เท่านั้น
4. สายตาขี้เกียจเนื่องจากความผิดปกติของตา ทำให้ภาพหรือแสงไปกระตุ้นได้ไม่เต็มที่ เช่น ผู้ป่วยเด็กที่เป็นต้อกระจก ภาวะที่ตาข้างใดข้างหนึ่งมีความผิดปกติมาแต่กำเนิด เป็นต้นว่าเปลือกตาตี่ลงมาปิดตาดำครึ่งหรือค่อนข้างใดข้างหนึ่งตลอดเวลา ทำให้ตาข้างนั้นถูกปิดบังการมองเห็นหรือกระจกตาดำเป็นฝ้าขาว กระจกตาดำโค้งผิดรูปร่าง และที่สำคัญคือเป็นต้อกระจกตั้งแต่เกิด เด็กพวกนี้จึงต้องรีบแก้ไขให้ตาข้างนั้นใช้งานได้ด้วยการให้แสงผ่านศูนย์กลางการมองภาพชัดให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้
5. สายตาขี้เกียจเนื่องจากสายตาไม่ดีแต่กำเนิด มักพบอาการตาสั้นร่วมด้วย และอาจพบได้ในผู้ที่เป็นโรคขาดเม็ดสีซึ่งเป็นโรคพันธุกรรมที่พบได้ประปราย
6. สายตาขี้เกียจจากการปิดตาข้างดีเพื่อรักษาอาการสายตาขี้เกียจอีกข้างนานมากเกินไป

การวินิจฉัย

การวินิจฉัยภาวะตาขี้เกียจนี้ จำเป็นต้องตรวจละเอียดโดยจักษุแพทย์ ผู้ปกครองควรเห็นความสำคัญและใส่ใจในการรักษา เพื่อผลการมองเห็นของเด็กที่ดี

การรักษา

1. แก้ไขที่สาเหตุ โดยทำให้ภาพตกที่จุดรับภาพของตาข้างที่มีสายตาขี้เกียจเป็นภาพที่คมชัด เช่น ใส่แว่นตาที่ช่วยแก้ไขอาการสายตาผิดปกติ การผ่าตัดรักษาต้อกระจกแต่กำเนิด การผ่าตัดแก้ไขหนังตาตก เป็นต้น
2. กระตุ้นตาข้างที่มีสายตาขี้เกียจให้ทำงานดีขึ้นด้วยการปิดตาข้างที่ดี (patching) โดยเริ่มปิดตั้งแต่อายุ 6 เดือน ถึง 9 ปี จักษุแพทย์จะเป็นผู้แนะนำระยะเวลาในการปิดตาของผู้ป่วยแต่ละราย ผู้ปกครองจำเป็นต้องให้กำลังใจสนับสนุน คอยส่งเสริมให้เด็กใส่แว่นตาหรือปิดตา ความร่วมมือของเด็กขึ้นอยู่กับแรงผลักดันในครอบครัวเป็นสำคัญ การรักษาสายตาขี้เกียจถึงจะได้ผลดี
3. การแก้ไขลักษณะนี้จักษุแพทย์ หรือผู้ที่เกี่ยวข้องเรื่องนี้จึงต้องพยายามปิดตาเด็กทีละข้างสลับกัน เพื่อให้ตาข้างที่เขใช้มองอะไรต่อมิอะไรเสียบ้าง เพราะลูกตาคนเรายิ่งใช้มองอะไรมากเท่าไร ประสาทการรับภาพจะทำงานดีเป็นปกติ หรือถ้าตรวจพบว่าตาข้างใดข้างหนึ่งเข ตั้งแต่อายุ 1 ถึง 2 ขวบ ต้องพยายามช่วยเหลือเบื้องต้นด้วยการปิดตาข้างที่ไม่เขเพื่อบังคับตาข้างที่เขให้ใช้มองเป็นระยะๆ
4. ผู้ปกครองอาจต้องลองปิดตาตุ๊กตาให้ลูกดูเป็นตัวอย่างก่อน เมื่ออยู่ในโรงเรียนต้องพยายามให้กำลังใจเด็ก และต้องระวังการถูกเพื่อนล้อเลียน การรักษาโดยการปิดตา อาจใช้เวลาเป็นเดือนหรืออาจเป็นปี
5. ปัญหาที่ที่อาจเกิดจากการปิดตา อาจพบผื่นแพ้ที่ผิวหนังจากการปิดตา แก้ไขได้โดยปิดตาเวลากลางวัน เปลี่ยนขนาดและรูปร่างของผ้าปิดตา หากเด็กไม่ต้องการปิดตาเวลาอยู่ที่โรงเรียน ให้เลี่ยงปิดเวลาอื่นแทน

ปัจจุบันการดูแลเด็กที่ถูกต้องนอกจากการให้ได้รับวัคซีนคุ้มกันโรคตามระยะเวลาที่แพทย์นัดแล้ว เด็กควรได้รับการตรวจสุขภาพของระบบต่างๆ ตามเวลาที่เหมาะสม เช่น การตรวจสุขภาพฟัน การตรวจตาโดยในทารกที่คลอดก่อนกำหนด ควรได้รับการตรวจจอประสาทตาเพื่อเฝ้าระวังโรคจอประสาทตาในทารกคลอดก่อนกำหนดในช่วงอายุ 4-6 สัปดาห์ นอกจากนั้นในช่วงอายุประมาณ 1 ขวบควรตรวจดูว่าลูกมีปัญหาทอน้ำตาอุดตัน ตาเขหรือความผิดปกติทั่วไปหรือไม่ และเมื่อเด็กเริ่มเข้าโรงเรียน ควรสังเกตว่าลูกมีปัญหาเรื่องสายตาหรือไม่ นอกจากนั้นในกรณีมีโรคทางตาที่อาจถ่ายทอดทางพันธุกรรม เช่น โรคมะเร็งจอประสาทตา ในครอบครัว ควรนำลูกมาปรึกษาจักษุแพทย์ เพื่อรับการตรวจที่เหมาะสมตามอายุของเด็กต่อไป

ที่มา ไทยรัฐออนไลน์ ฉบับวันที่ 12 ธ.ค. 52