ปัญหาเรื่องตา ในผู้ป่วยเบาหวาน

นำเสนอเมื่อ : 15 ก.พ. 2552

เบาหวานขึ้นตา (Diabetic Retinopathy) เป็น โรคแทรกซ้อนของเบาหวานที่ควบคุมไม่อยู่ จะลุกลามไปที่ตา และจะทำให้เกิดอันตราย ตั้งแต่ตามัว เห็นภาพซ้อน มองภาพแคบลง ไปจนถึงมองไม่เห็นไปเลย อาจ ทำให้สูญเสียการมองเห็นโดยเป็นผลมาจากจอประสาทตาเสื่อม สถิติในประเทศสหรัฐอเมริกาพบราวร้อยละ 35-40 ในประเทศไทยพบได้ประมาณร้อยละ 20-25

ในปัจจุบันนี้โดยที่การแพทย์เจริญขึ้นมาก ผู้ป่วยเบาหวานจึงมีชีวิตที่ยืนยาวนานกว่าในสมัยก่อนๆ ทำให้พบว่า มี

การเปลี่ยนแปลงทางตาบ่อยขึ้นมากในผู้ป่วยโรคเบาหวาน
ซึ่งมักจะพบในผู้ป่วยโรคเบาหวานที่เป็นโรคเบาหวาน

มานี้มานาน คนไข้เบาหวานทุกคน ยิ่งเป็นเบาหวานนานเท่าไร โอกาสเกิดก็ยิ่งมากขึ้นพบว่า
เกือบครึ่งหนึ่งของคนไข้เบาหวาน เกิดเบาหวานขึ้นจอรับภาพ แต่ความรุนแรงอาจแตกต่างกันไป

โรคตาที่เกิดจากเบาหวาน

กลุ่มโรคตาที่เกิดจากเบาหวาน ถือเป็นภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน ซึ่งมีความรุนแรงตั้งแต่ทำให้ตามัว จนถึงตาบอประกอบด้วย

1. **เบาหวานขึ้นจอรับภาพ** เกิดจากการทำลายของเส้นเลือดที่เลี้ยงจอรับภาพ เบา หวานขึ้นจอรับภาพพบบ่อยที่สุด และเป็นสาเหตุของตาบอดอันดับหนึ่ง เสนเลือดที่เลี้ยงจอรับภาพจะบวม และรั่ว ทำให้จอรับภาพบวม และเกิดเสนเลือดงอกผิดปกติที่จอรับภาพ ทำให้มีเลือดออกในลูกตา เนื่องจากเส้นเลือดเหล่านี้เปราะและแตกง่าย
2. **ต้อกระจก** เกิดจากเลนส์แก้วตาเปลี่ยนสภาพจากใสเป็นขุ่น โอกาส เกิดต้อกระจกของผู้ป่วยโรคเบาหวานสูงกว่าตาคนที่ไม่เป็นเบาหวานถึง 2 เท่า และต้อกระจกก็เป็นตั้งแต่อายุยังไม่มากด้วย ต้อกระจกเองจะทำให้คนไข้ตามัวมากขึ้นเรื่อยๆ แต่เป็นโรคที่รักษาได้ผลดีมากด้วยการผ่าตัด
3. **ต้อหิน** เกิดจากความดันตาสูงขึ้นเรื่อยๆ ทำลายขั้วประสาทตา ทำให้ตาบอดแบบค่อยเป็นค่อยไป โดยไม่รู้สึกตัว ต้อ หินในคนไข้เบาหวาน ก็พบบ่อยกว่าคนที่ไม่เป็นหวาน 2 เท่า และยิ่งเป็นเบาหวานนานขึ้นเท่าไร ก็ยิ่งมีอัตราเสียงต่อการเป็นต้อหินสูงขึ้น เช่นเดียวกับ โรคเบาหวานขึ้นจอรับภาพ ต้อหินเป็นโรคที่น่ากลัวอีกโรคหนึ่งเพราะมักไม่มีอาการเตือน ต้องตรวจจึงจะทราบ แต่รักษาได้ด้วยยาหยอด หรือแสงเลเซอร์ หรือ ผ่าตัด

การเปลี่ยนแปลงของจอประสาทตาจากโรคเบาหวาน

1. เมื่อเส้นเลือดผิดปกติจะทำให้น้ำเหลืองออกมานอกเส้นเลือด และทำให้จอประสาทตาบวม ในระยะแรกอาจจะไม่มีอาการตามัว แต่ถ้าเป็นมากขึ้น และบวมที่จอประสาทตาตรงกลาง ก็จะทำให้การมองเห็นลดลงไป
2. ใน รายที่เป็นมากขึ้นจะมี เส้นเลือดใหม่งอกบนผิวจอประสาทตา เส้นเลือดใหม่เหล่านี้เปราะ และแตกง่าย อาจแตก และเลือดกระจายเข้าไปในวุ้นน้ำของตาทำให้มองไม่เห็น
3. เส้น เลือดใหม่เหล่านี้ อาจทำให้เกิดแผลเป็น และดึงจอประสาทตาฉีกขาด และประสาทตาลอก ถ้าไม่รักษาตาจะบอดได้ ในขณะเดียวกันเส้นเลือดอาจงอกไปบนม่านตาทำให้เกิดต้อหินชนิดรุนแรงได้

อาการ

1. ผู้ป่วยมักไม่มีอาการผิดปกติในระยะแรกของโรค ระยะแรกที่จอประสาทตาเสื่อมจะ ไม่ลุกลามเร็ว แต่จะค่อยๆ เป็น และไม่ค่อยมีอาการจนกว่าตาจะมัว
2. ต่อมาพบว่าการมองเห็นอาจปกติ หรือเริ่มมีอาการตามัวเนื่องจากจอประสาทตาบวม ผู้ป่วยมักจะมาพบแพทย์ด้วยอาการตามัวโดยไม่ทราบสาเหตุ บางคนไม่ทราบว่าตนเองเป็นเบาหวานมาก่อน
3. ใน รายที่เป็นมากขึ้นมี เส้นเลือดผิดปกติงอกมาก อาจจะแตกได้ง่าย จะเห็นเป็นจุดๆ หรือมองไม่เห็นเลยถ้าเลือดออกมามาก ระยะลุกลามของโรค พบว่าจอประสาทตาจะขาดเลือดไปเลี้ยงเป็นจุดๆ เกิดหลอดเลือดขึ้นใหม่ หลอดเลือดที่เกิดขึ้นใหม่นี้ผนังจะบางและแตกง่าย หลอดเลือดที่แตกแล้วน้ำเหลืองจะออกที่จอประสาทตา และในน้ำวุ้นของลูกตา ทำให้เกิดอาการตามัวและมองไม่เห็น ถ้าเลือดออกมากและน้ำวุ้นที่เลือดอยู่นานก็จะเกิดพังผืด และดึงให้จอประสาทตาหลุดลอกได้ เป็นสาเหตุให้ตาบอดได้
4. ตาบอด จากเบาหวาน เนื่องจากมีการเปลี่ยนแปลงของประสาทตาทำให้มีเลือด น้ำเหลือง น้ำตา มาเกาะที่ประสาทตา ประสาทตาส่วนนั้นไม่สามารถจับภาพได้ เมื่อทิ้งไว้นานๆ ประสาทตาจะเสื่อมและมองไม่เห็น

การวินิจฉัย

1. การ ตรวจตาโดยจักษุแพทย์ ซึ่งจะครอบคลุมการตรวจทั้งต้อกระจก ต้อหินและจอรับภาพ ทั้งนี้ การตรวจจอรับภาพที่สมบูรณ์จำเป็น ต้องใช้ยาหยอดขยายม่านตาช่วยด้วย ซึ่งอาจทำให้ตาคนไข้มัวตลอดทั้งวันนั้นจากฤทธิ์ยาขยายม่านตา เมื่อยาหมดฤทธิ์ตาจะกลับเห็นเหมือนเดิม
2. ตรวจ พบจอตาผิดปกติ โรคเบาหวานทำให้เส้นเลือดที่จอตาผิดปกติและไม่แข็งแรง มีการสร้างเส้นเลือดใหม่ที่ผิดปกติ ฉีกขาดและแตกง่าย เป็นสาเหตุของเลือดออกในวุ้นตาและดึงรั้งจอตาให้หลุดลอก ทำให้ ผู้ป่วยตาบอดได้

การรักษา

1. **ในระยะที่เบาหวานขึ้นจอตาไม่มาก** จักษุ แพทย์จะแนะนำให้ควบคุมโรคเบาหวานให้ดี และนัดมาดูเป็นระยะๆ สำหรับระยะที่มีเบาหวานขึ้นจอตามากจนถึงระดับหนึ่ง จำเป็นต้องฉายเลเซอร์ที่จอประสาทตาเพื่อหยุดยั้งการเจริญเติบโตของหลอดเลือด และในกรณีที่เข้าสู่ระยะท้ายๆ จักษุแพทย์จะใช้การผ่าตัด
2. **จักษุแพทย์สามารถช่วยไม่ให้คนไข้เบาหวานตาบอดได้**ด้วย การใช้แสงเลเซอร์ทำลายเส้นเลือดที่ผิดปกติในจอรับภาพ ทั้งนี้การใช้แสงเลเซอร์ไม่สามารถช่วยให้การมองเห็นที่เสียไปแล้วกลับคืนได้ หลักการคือใช้เลเซอร์ฉายลงไปตรงเส้นเลือดงอกใหม่เพื่อจี้เส้นเลือดและฉายลง บนจอรับภาพทั่วไปเพื่อลดการเกิดเส้นเลือดใหม่ เพราะเส้นเลือดที่งอกใหม่มีผนังบางแตกง่าย และลดการเกิดจอประสาทตาลอก
3. **การผ่าตัดน้ำวุ้นตา** ในกรณีที่มีเส้นเลือดแตกและเลือดคั่งอยู่ในน้ำวุ้นตา ทำให้มองไม่เห็น ถ้าเลือดไม่ สามารถดูดซึมเองได้หมด จะต้องผ่าตัดเอาออก เพื่อทำให้มองเห็นดีขึ้นและสามารถฉายเลเซอร์รักษา เบาหวานขึ้นตาได้
4. **การรักษาโดยการผ่าตัด** ทำในรายที่มีเลือดออกในวุ้นตา และจอตาหลุดลอก โรคในระยะนี้ แม้จะได้รับการรักษาแล้ว แต่สายตาอาจจะไม่กลับมาดีดังเดิมได้
5. **ปัจจุบันวิทยาการทางการแพทย์เจริญมากขึ้น มีการประดิษฐ์กล้องถ่ายภาพจอประสาทตาในระบบดิจิตอล** ใน การตรวจคัดกรองผู้ป่วย แพทย์สามารถถ่ายภาพจอประสาทตาเพื่อดูการเปลี่ยนแปลงที่จอประสาทตาและบันทึก ภาพออกมาได้ทันที ซึ่งช่วยในการเก็บข้อมูลและช่วยในการพิจารณาตัดสินให้การรักษาได้ทันที ซึ่งเป็นประโยชน์แก่ผู้ป่วยในการป้องกันมิให้เกิดตาบอดหรือสายตาพิการ

การป้องกัน

1. ผู้ ที่เป็นเบาหวานมา นานกว่า 15 ปี จะมีโอกาสเป็นเบาหวานขึ้นตามากกว่าร้อยละ 80 การดูแลตัวเองที่ดีจะช่วยลดอาการแทรกซ้อนจากเบาหวานขึ้นตาได้
2. ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ระดับปกติ
3. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และกินอาหารให้ถูกสุขลักษณะ
4. ตรวจ กับจักษุแพทย์อย่าง น้อยปีละ 1-2 ครั้ง เพื่อตรวจตาอย่างละเอียด จะช่วยป้องกันโรคแทรกซ้อนหรือสามารถขจัดปัญหาทางตาได้ตั้งแต่เริ่มแรก และถ้าพบว่าเบาหวานขึ้นตาแล้ว ต้องกลับไปตรวจเป็นระยะๆ
5. ถ้ามีอาการตามัว ควรไปพบจักษุแพทย์ทันที

ขอบคุณที่มาเนื้อหาและภาพจาก http://www.super-optical.com