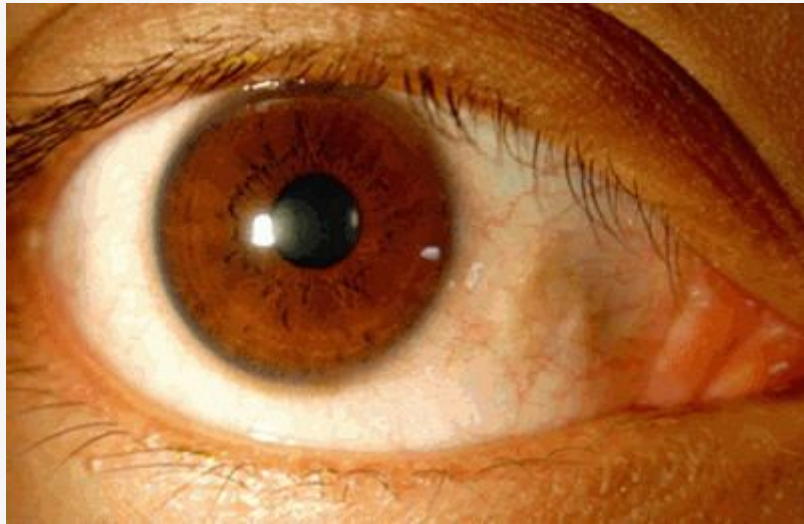


เรื่อง..ใกล้ตัวอย่ามองข้าม

นำเสนอเมื่อ : 15 มี.ค. 2552



ต้อลม

เคยหรือไม่ที่บางครั้งรู้สึกกระคายเคืองตาบ่อย ๆ บางครั้งก็รู้สึกปวด ๆ ที่ดวงตา บางครั้งก็รู้สึกแสบ ๆ ที่ดวงตาโดยที่ตัวคุณเองก็ไม่ทราบสาเหตุ

ซึ่งอาการเช่นนี้หลายคนอาจจะคิดเองว่า
น่าจะเป็นเพราะตัวเองนอนน้อยพักผ่อนไม่เพียงพอ เลยทำให้บางคนละเลยไป
เพราะคิดว่าถ้าพักผ่อนให้เพียงพออาการดังกล่าวก็จะหายไป
แต่บางครั้งก็อาจจะไม่ใช่หะคะ เพราะอาการที่วานีอาจจะจะเป็นอาการแรกของ
"ต้อลม" ก็ได้

ต้อลม (pterygium)
มีลักษณะเป็นแผ่นหรือตุ่มนูนอยู่บริเวณเยื่อตาขาว
มักพบบริเวณหัวตามากกว่าหางตา ต้อลมมีสาเหตุ
แต่เป็นการเปลี่ยนแปลงของเนื้อเยื่อปกติที่มีการสะสมของโปรตีนและไขมันอยู่
ต้อลมต่างจากต้อเนื้อตรงที่ไม่มีการลุกลามเข้าไปบนตาดำ
เกิดจากการระคายเคืองตาหรือได้รับแสงแดดมาเป็นเวลานาน ๆ
กลไกการเกิดโรคที่แท้จริงยังไม่เป็นที่เข้าใจมากนัก
แต่พบว่าผู้ที่ทำงานนอกบ้าน ได้รับแสงแดดปริมาณมากจะเป็นต้อเนื้อ-
ต้อลมได้มากขึ้น
นอกจากนี้การใช้ชีวิตในสิ่งแวดล้อมที่มีอากาศแห้งและมีฝุ่นละอองมาก
ก็เป็นสาเหตุได้เช่นกัน



ต้อลมแบบนี้ สามารถให้คุณหมอลอกออกได้

อาการที่พบ คือจะมีอาการ เคืองตา แสบตาน้ำตาไหล ตาแดง และคันตา โดยเฉพาะบริเวณหัวตา **การรักษา** ใช้น้ำหยอดตา แวนกันแดด และการผ่าตัด ซึ่งในกรณีของการผ่าตัดนั้นจะใช้น้ำหยอดตาผู้ป่วยที่มีอาการอักเสบ หรือต้อลมเนื้องอกเขาสุดตาหรือทำให้ตาพร่ามัวลงก็อาจจะจำเป็นต้องได้รับการผ่าตัด

การป้องกัน

☐ ระวังอย่าให้โดนลม แสง ฝุ่น ครว่น รวมทั้งควั่นบุรี โดยใส่แว่นกันแสงและลม หรือใช้แผ่นกรองแสงสำหรับคอมพิวเตอร์
☐ ให้พักสายตาเป็นพักๆ หรือล้างหน้า - ตา เมื่อรู้สึกแสบตา
☐ หมั่นตรวจดูต้อเนื้อ ถ้าอักเสบแดง หรืออักเสบขอบเข้แหวตาดำ (ตรงกลางตา) ให้ไปพบแพทย์

ดวงตานอกจากจะเป็นหน้าต่างให้แก่วหัวใจแล้ว ดวงตาก็เป็นเครื่องมือที่จะทำให้เราเห็นโลกที่สวยงามใบนี้อีกด้วย เพราะฉะนั้นก็อย่าละเลยที่จะใส่ใจสุขภาพของดวงตากันนะคะ