

## គ្រែតាមីកើយជ' ពារីយទីពេងកំច៉ាដ

នាំសេនអម៌៖ ៩ ម.ក. ២៥៥២

គ្រែតាមីកើយជ' ពារីយទីពេងកំច៉ាដ

ดวงตา ถือเปรี้ยวแห่งการเรียนรู้โลกกว้าง เด็กปกติสามารถมองเห็นได้ดังแต่แรกเกิด พัฒนาการทางสูมของ การเรียนรู้ หรือพัฒนาการทางด้านร่างกายอื่น ๆ เช่น การครุ่นค่า คลาน นั่ง เดิน ดูลงมาด้วยการมองเห็นเป็นสำคัญ นอกจากนี้ดวงตาซึ่งเป็นหนทางของหัวใจ ความรู้สึกยินดีหรือไม่เป็นที่สูบอารมณ์ก็ทำให้คนทางเดียวสามารถที่ว่ารู้ได้จากการมองตา ทั้งนี้ ดวงตายังเป็นหนทางทางของสมอง นี่เอง จึงควรมาสำรวจดวงตาของเราระและน้ำตาลามากมาย เช่น น้ำตาลามากจะสื่อถึงความผิดปกติ เช่น "โรคตาขี้เกียจ"

### **☒ โรคตาขี้เกียจ คืออะไร?**

ตาขี้เกียจ คือ ภาวะที่การมองเห็นไม่เท่าปกติ หมายถึงตาข้างหนึ่ง ไม่ได้ใช้มืออันเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ แต่ตรวจหาสาเหตุสามารถรู้ได้โดยการวัดความสามรถในกรอบของเห็น เด็กจะดองไว้รับรู้วัดสายตาและสามวนตา ก่อน แล้วหันไปตรวจที่จำเป็นต้องใส่แฉน อาจพบว่าเป็นตาขี้เกียจจากเดียวหรือสองข้างได้ โดยที่ไม่พบความผิดปกติ ในการตรวจตาจะสามารถรักษาให้เป็นปกติได้ เช่น "โรคตาขี้เกียจ"

### **ตาขี้เกียจพบได้บ่อยแค่ไหน?**

พบได้ประมาณร้อยละ 2 ของประชาราท หากคิดสัดส่วน ประชากรไทย 60 ล้านคน จะมีคนเป็นตาขี้เกียจได้ถึงหนึ่งล้านคนสองแสนคน นับว่าไม่น้อยเลยที่เดียว แต่คนเรารู้ว่าจะไม่รู้สึกเป็นปัญหามากนัก เมื่อจากว่าในหมู่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย รู้สึกว่าตัวเองเป็นข้อเสีย แล้วคิดว่าบังฟ้าอีกข้างที่มองเห็นได้ดี สามารถประกอบกิจวัตรประจำวันได้เหมือนคนปกติ โดยไม่ทราบว่าคุณเรางามารถใช้ตัวทั้งสองข้างพร้อม ๆ กันจะชัดเจน จึงจะทำให้สามารถมองเห็นภาพ มิติ หรือระยะไกลได้ด้วยตัวอย่างเช่น มองปิดตาหนึ่งข้างแล้วเดินลงบันได อาจดองเกราะไว้ไว้แน่น ฯ เพราะไม่สามารถรักษาระหว่างสองข้างได้จนตลอด ๆ ไปได้

### **สาเหตุใดทำให้เกิดตาขี้เกียจ?**

1. โรคตาเหลื่อม เป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กมีอาการตาขี้เกียจมากที่สุด ส่วนใหญ่จะเป็นชนิดตาเหลื่อมข้างเดียว ทำให้ดูด้วยตาที่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนให้ดูด้วยตาที่ไม่เหลื่อม แต่ต้องใช้แรงงานหุนห้นเพื่อให้สามารถดูด้วยตาที่เหลื่อมได้ ทำให้เกิดความไม่愉畅และรู้สึกว่าตัวเองไม่สามารถดูด้วยตาที่ไม่เหลื่อมได้ แต่เมื่อเวลาผ่านไป ความไม่愉畅จะหายไป แต่ไม่ได้หมายความว่าจะมองไม่เห็นตลอด เมื่อเราปิดตาข้างที่ดี เอาข้างที่เหลื่อมของเด็กก็ยังสามารถมองเห็นได้ แต่จะไม่ดีเท่าปกติ

2. เต็มที่เป็นตาเหลื่อมข้างเดียว ทำให้เด็กไม่สามารถดูด้วยตาที่ไม่เหลื่อมได้ แต่ต้องใช้แรงงานหุนห้นเพื่อให้ดูด้วยตาที่เหลื่อม ซึ่งจะทำให้สมองได้รับการพัฒนาทางการมองเห็นข้างของด้านที่สองข้างไปด้วยกัน ก็จะไม่มีปัญหาตาดีขึ้น ดังนั้นเมื่อปัญหาเหลื่อมหายไป ความไม่愉畅จะหายไปด้วยกัน แต่หากมีปัญหานี้เป็นอย่างมาก 2 ข้าง จะทำให้เด็กมีโอกาสเห็นภาพสามมิติอย่างหาย ๆ และพอกะระยะไกล ถึงแม้จะไม่ดีเท่าคนปกติ แต่ในขณะที่การผิดปกติจะหายไป ทำให้สูญเสียความสามารถดังกล่าวไป

2. โรคสายตาสั้น ยาว หรือเอียงสองข้างไม่เท่ากัน ถ้าสายตาทั้งสองข้างด่างกันจนทำให้ดูข้างหนึ่งไม่สามารถดูเห็นได้ชัดในทุกระยะที่มอง ตาข้างนั้นก็จะไม่มีพัฒนาการเกิดขึ้น ความแตกต่างของความสั้น ยาว เอียง ก็มีผลต่อความรุนแรงของภาวะตาขี้เกียจ ยิ่งดูกันมากก็ยิ่งตาขี้เกียจมาก

### **3. โรคสายตาสั้น ยาว หรือเอียงสองข้างมากพอ ๆ กัน เห็นไม่ชัดทั้งสองข้างในทุกระยะการใช้งาน ตาทั้งสองข้างจะขี้เกียจทั้งคู่**

4. โรคที่ทำให้แสงเข้าในตาได้น้อย เช่น กระจกตาดำเข้ม ต้อกระจกตั้งแต่กำเนิด เลือดออกในน้ำรูกลา ญัณตาตามากจนเป็นรุ่มร่าด โรคเหล่านี้อาจเกิดขึ้นในเด็กที่ดูด้วยตาที่ไม่สามารถดูด้วยตาที่ดี ทำให้ภาพที่ไปตกบนริเวณจอประสาทตาไม่ชัดและเป็นตาขี้เกียจขึ้นมา โดยเฉพาะในเด็กที่เป็นต้อกระจกตั้งแต่เกิด ตาขุนขาวที่บวมแดงไม่สามารถดูด้วยตาที่ดี ต้องรับการทำการผ่าตัดลอกต่อออกจากในสองเดือนแรกที่เกิด มีจำนวนถึงแม้ผิดตัดให้ดีอย่างไร ก็ไม่สามารถแก้ไขภาวะตาขี้เกียจที่รุนแรงได้

### **ตาขี้เกียจสามารถรักษาได้หรือไม่อย่างไร?**

ความสามารถรักษาตาให้หายขี้เกียจได้ แต่จะได้ผลดีควรรักษา ก่อนการมองเห็นจะพัฒนาเต็มที่หรือก่อนอายุ 8 ขวบ ส่วนขั้นตอนในการรักษาจะมีดังนี้

1. ถูกพบร่วมกับสาเหตุที่สามารถผ่าตัดได้ก็ให้รื้นหักก่อน เช่น ต้อกระจก เลือดออกในน้ำรูกลา หนังตาตก แล้วค่อยมากระตุนการมองเห็นโดยการปิดตาในภายหลัง

2. ถ้าวัดดูว่าสายตาสั้น ยาว เอียง ที่น่าจะเป็นสาเหตุของตาขี้เกียจ ก็ให้ใส่วันไปก่อน และสายตาจะดีขึ้นเอง ถ้าใส่วันเดียวที่แล้วอย่างน้อย 6 เดือนยังขี้เกียจอยู่ ก็ให้กระตุนการมองเห็นโดยการปิดตาข้างที่ดี

3. ถ้ามีตาเขและตาขี้เกียจ ให้ปิดตาข้างที่ดี กระตุนให้ดูข้างที่ขี้เกียจ ถ้าขี้เกียจมาก ให้ปิดอย่างน้อยวันละ 6 ชั่วโมง ตาขี้เกียจจะหายไปได้ 2 ชั่วโมง ปิดจนกว่าสายตาสองข้าง จะเท่ากัน

4. การปิดตากระตุนการมองเห็นคราวให้เด็กมีกิจกรรมที่ใช้สายตา ไม่ใช่ปิดตาแล้วแอบนอนหลับ ต้องมีคุณช่วยดูแล ภาระรักษาภาวะตาขี้เกียจทำได้ไม่ยาก แต่ต้องอาศัยความร่วมมือของเด็ก ผู้ปกครอง รวมทั้งคุณครูที่โรงเรียน และถึงแม้ตาขี้เกียจจะรักษาได้ แต่หากไม่ทราบว่ามีภาวะนี้ก็อาจยังกันแน จึงควรพาบุตรหลานของท่านไปรับการตรวจเชิงด่วน วัดสายตา เมื่อสังสัยว่ามีความผิดปกติหรือไม่ก่อนเข้าโรงเรียน.