

ต้อกระจก

ทุกคนต้อง

เป็นโรคนี้

จริงๆ เหนอ!

*ต้อกระจกก็คือเลนส์ตาซึ่งอยู่ในตามีความ  
ขุ่นเกิดขึ้น เลนส์ตาคนเราปกติแล้วจะใสแต่เมื่อ  
อายุมากขึ้นความใสจะลดลง โดยเฉพาะอายุ 50  
ปีขึ้นไป ทำให้ตามองเห็นได้ลดลงเรื่อยๆ โดยจะ  
ไม่มีอาการปวดตา ยังไม่มียาที่ทำให้ต้อกระจก  
หายได้ต้องรักษาโดยการผ่าตัดเอาต้อกระจก  
ออกแล้วใส่เลนส์แก้วตาเทียมแทน*





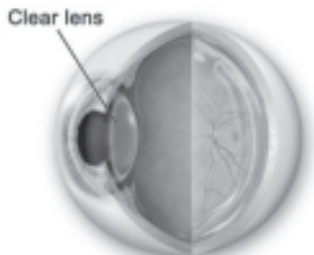
ต้อกระจกเป็นโรคที่เราคุ้นเคยกับชื่อดีว่าทำให้ตามัวแต่น้อยคนจะรู้จักว่าคืออะไร เกิดจากสาเหตุอะไร ต้องรักษาหรือเปล่านั้น

ต้อกระจกก็คือเลนส์แก้วตาหรือเลนส์ตาซึ่งอยู่ในตามีความขุ่นเกิดขึ้น เลนส์ตาคนเราปกติแล้วจะใสแต่เมื่ออายุมากขึ้นความใสจะลดลงโดยเฉพาะอายุ 50 ปีขึ้นไป แรกๆ เลนส์ตาจะเริ่มเป็นสีเหลืองใส เหลืองทึบมากขึ้น จนเป็นสีน้ำตาล แล้วเป็นสีขาวขุ่นทึบ เมื่อเลนส์ตาใส่น้อยลง แสงก็เข้าตาได้น้อยลงไปด้วยตามส่วน ทำให้ตามองเห็นได้ลดลงเรื่อยๆ จนถึงเหลือแค่มองเห็นแต่แสง โดยจะไม่มีอาการปวดตา นอกจากนี้ถ้ามีต้อหินแทรกซ้อนในคนที่เป็นต้อกระจกมากจึงจะมีอาการปวดตาได้

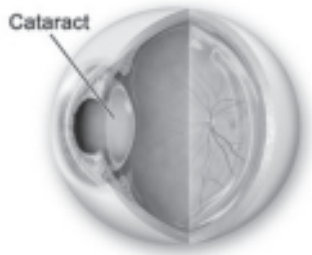
ต้อกระจกที่พบส่วนมากแล้วเกิดจากภาวะเสื่อมตามธรรมชาติตามอายุที่มากขึ้น ไม่ได้เป็นโรคติดต่อหรือเป็นกรรมพันธุ์ มักเริ่มพบประมาณอายุ 50 ปีขึ้นไป โดยมนุษย์ทุกคนที่อายุยืนพอ จะต้องเป็นต้อกระจกทุกคน เพราะเป็นการเสื่อมของเลนส์ตาตามธรรมชาติ แล้วแต่ใครเป็นเร็วเป็นช้าไม่เท่ากัน โดยในคนเป็นเบาหวานอาจทำให้เป็นโรคต้อกระจกเร็วขึ้น

มีบางคนเคยสงสัยว่าการใส่คอนแทคเลนส์ทำให้เป็นต้อกระจกหรือเปล่าซึ่งคำตอบก็คือไม่เป็น นอกจากความเสี่ยงตามธรรมชาติแล้ว สาเหตุอื่นๆ ของต้อกระจกได้แก่

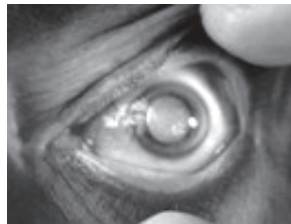
- โรคเบาหวาน
- ได้รับความบาดเจ็บ
- อุบัติเหตุมีการกระแทกตาหรือมีสิ่งแปลกปลอมทะลุเข้าตา
- ได้รับรังสีอัลตราไวโอเล็ตจากแสงแดด หรือรังสีเอกซเรย์
- สารเคมีจำพวกต่างเข้าตา
- ไฟฟ้าช็อตผ่านบริเวณศีรษะรวมถึงฝ่าผาดด้วย
- การสูบบุหรี่
- มีการอักเสบในลูกตา
- ต้อกระจกแต่กำเนิดคือเป็นตั้งแต่ช่วงอายุไม่เกิน 3 เดือน อาจเป็นเองโดยไม่มีสาเหตุหรือเป็นต้อกระจกแบบถ่ายทอดทางพันธุกรรมหรือเด็กเป็นโรคทางพันธุกรรมบางชนิด เช่น กลุ่มอาการดาวน์ (Down syndrome) นอกจากนี้อาจเป็นได้จากมารดาขณะตั้งครรภ์ได้รับรังสีเอกซเรย์, ได้รับความบาดเจ็บ, ยาอัลฟา, มารดาเป็นเบาหวาน หรือมารดาติดเชื้อหัดเยอรมันระหว่างตั้งครรภ์



รูปเลนส์แก้วตาปกติจะใส



รูปต้อกระจก เลนส์แก้วตาจะขุ่น



## ผู้ที่มีปัญหาตามัว จะทราบได้อย่างไรว่ามีสาเหตุจากโรคต้อกระจก

ตามัวอาจเกิดจากสาเหตุได้หลายโรค ซึ่งจากการถามประวัติตามัว อาจแยกสาเหตุของตามัวได้ดังนี้ คือ

1. ตามัวเหมือนถ้ำรูปไม่ชัด มักเกิดจากภาวะสายตาสั้นผิดปกติ เช่น สายตาสั้น สายตาวาวหรือสายตาสั้นเอียง
2. ตามัวเหมือนมีหมอก หรือฝ้าบัง มักเกิดจากโรคต้อกระจก



รูปตามัวเหมือนหมอกบังจากโรคต้อกระจก

**3. ตามัวเป็นภาพซ้อน** มักเกิดจากภาวะเห็นภาพซ้อน จากโรคระบบประสาทหรือกล้ามเนื้อตาทำงานผิดปกติ


**4. ตามัวเหมือนมีม่านดำบัง** อาจเกิดจากโรคจอประสาทตาลอกหรือเสื่อม หรือโรคต้อหินชนิดเรื้อรังได้

2. การผ่าตัดโดยใช้เครื่องสลายต้อกระจก แผลผ่าตัดจะเล็ก ใช้เครื่องมือที่มีคลื่นเสียงความถี่สูงเข้าไปสลายเลนส์ตาและดูดออกมาทางแผลผ่าตัดที่เล็กนี้ได้ แล้วใส่เลนส์แก้วตาเทียมเข้าไปแทน แผลผ่าตัดไม่ต้องเย็บปล่อยให้หายเองได้ การฟื้นตัวของตาจะเร็ว

จะเห็นได้ว่าเทคโนโลยีที่ก้าวหน้าที่สุดของการผ่าตัดหรืออาจเรียกว่าการลอกต้อกระจก คือการใช้คลื่นความถี่สูง (อัลตราซาวด์) ไม่ใช่การใช้เลเซอร์ตามที่ประชาชนบางส่วนเข้าใจผิด การใช้เลเซอร์จะใช้ในการรักษาโรคตาอื่น เช่น ต้อหิน หรือภาวะถุงหุ้มเลนส์ขุ่นหลังการผ่าตัดต้อกระจกไปแล้ว เป็นต้น

นอกจากวิธีผ่าตัดข้างต้นแล้ว ยังมีวิธีการที่ผู้ป่วยจะได้รับจากหมอเถื่อนที่ไม่ใช่แพทย์ เรียกว่า การเคาะเลนส์ (couching) เป็นการใช้เขมตันเลนส์ตาให้หลุดเข้าไปในลูกตาโดยหมอเถื่อน แล้วให้ใส่แว่นหนาๆ ทำให้สามารถมองเห็นได้ แต่ต่อมามีเกิดโรคต้อหิน หรือจอประสาทตาลอกแทรกซ้อน

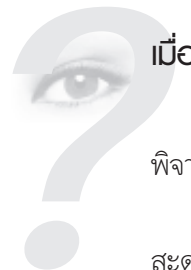
ตาข้างที่ทำต้อกระจกแล้ว จะไม่มีการเป็นต้อกระจกซ้ำอีก แต่ถ้าหลังการผ่าตัดตาข้างนั้นมีการต้ามัวอีก อาจเกิดจากสาเหตุอื่นๆ เช่น ถุงหุ้มเลนส์ตาขุ่น โรคจอประสาทตาเสื่อม หรือโรคต้อหิน เป็นต้น



## ต้อกระจกรักษาได้อย่างไร

เนื่องจากว่าในปัจจุบันยังไม่มียารักษาให้หายได้ การรักษาจึงต้องใช้การผ่าตัด หรือบางครั้งอาจใช้คำว่าลอกต้อกระจก ซึ่งก็คือการทำแบบเดียวกันแต่เรียกเพื่อให้ฟังไม่น่ากลัว สำหรับการผ่าตัดนั้นเป็นการเอาเลนส์ตาที่ขุ่นนี้ออกไป แล้วใส่เลนส์แก้วตาเทียมเข้าไปแทน เลนส์แก้วตาเทียมจะมีลักษณะใสมากแบบ มีขา 2 ข้าง วิธีการผ่าตัดจะมี 2 วิธีหลัก คือ

1. การผ่าตัดโดยไม่ใช้เครื่องสลายต้อกระจก ซึ่งแผลผ่าตัดจะกว้างประมาณ 9 มิลลิเมตรการฟื้นตัวหลังผ่าตัดจะนานกว่า แต่ผลการผ่าตัดไม่ต่างกับวิธีใช้เครื่องสลายต้อกระจก



## เมื่อไหร่จึงต้องลอกต้อกระจก

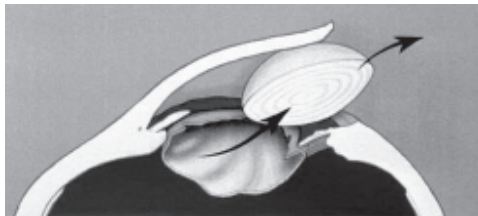
เมื่อทราบว่าเป็นต้อกระจกแล้ว ยังไม่จำเป็นต้องผ่าตัดทันที ควรพิจารณาผ่าตัดเมื่อได้ประโยชน์ที่คุ้มค่าได้แก่กรณีต่อไปนี้

1. เมื่อมีสายตามัวมากจากต้อกระจกจนดำเนินชีวิตประจำวันได้ไม่สะดวก และต้องการเห็นชัดขึ้น
2. เมื่อต้อกระจกขุ่นมากจนบังการตรวจจอประสาทตาเพื่อประเมินโรคของตาโดยจักษุแพทย์ เช่นคนเป็นต้อกระจกที่มีเบาหวานร่วมด้วยหรือมีต้อหินร่วมด้วย ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการตรวจจอประสาทตาเป็นประจำ

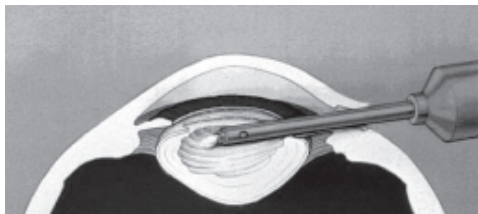


3. เมื่อต้อกระจกสุก เพราะอาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนเป็นต้อหิน หรือมีการอักเสบของลูกตตามา

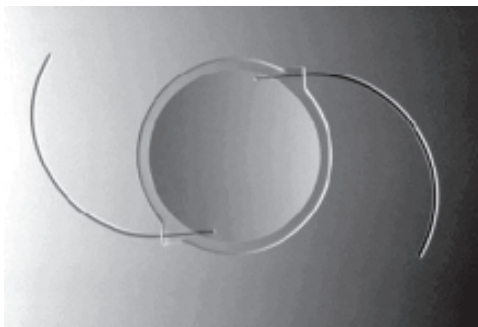
การผ่าตัดต้อกระจกไม่ต้องดมยาสลบ ใช้เพียงหยอดยาชา หรืออาจฉีดยาชาร่วมด้วย มีความรู้สึกเจ็บน้อยมาก โดยทั่วไปไม่จำเป็นต้องนอนโรงพยาบาล ผ่าตัดเสร็จแล้วสามารถกลับบ้านได้เลย วันรุ่งขึ้นสามารถเปิดตาได้



รูปการผ่าตัดโดยไม่ใช้เครื่องสลายต้อกระจก



รูปการผ่าตัดโดยใช้เครื่องสลายต้อกระจก

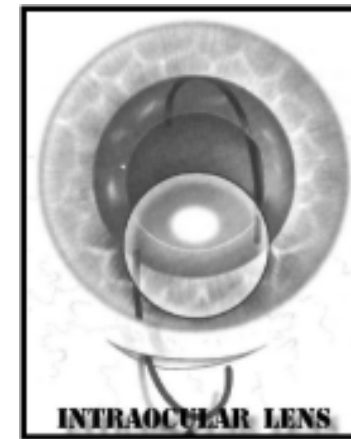


รูปเลนส์แก้วตาเทียม



## เลนส์แก้วตาเทียมใช้ได้นานกับ และต้องดูแลรักษาอย่างไร

เลนส์แก้วตาเทียมมีหลายชนิด ทั้งชนิดแข็ง และชนิดพับได้ (ซึ่งจะมีราคาสูงกว่าสำหรับใช้ในกรณีการผ่าตัดที่แผลผ่าตัดขนาดเล็ก) แต่การพิจารณาเลือกการใช้เลนส์ชนิดใด จักษุแพทย์จะเลือกให้ตามความเหมาะสมในผู้ป่วยแต่ละราย ปัจจุบันเทคโนโลยีในการผลิตเลนส์แก้วตาเทียมมีความก้าวหน้า มีภาวะแทรกซ้อนน้อย ใส่แล้วคล้ายธรรมชาติ ไม่ต้องการการดูแลรักษาใดๆจากผู้ป่วย และสามารถใส่เลนส์แก้วตาเทียมนั้นได้ตลอดอายุของผู้ป่วย ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนเลนส์แก้วตาเทียมอีก



รูปเลนส์แก้วตาเทียม

## ค่าใช้จ่ายในการทำแว่นหรือใส่ ใช้สิทธิเบิกการได้เท่าใด

ค่าใช้จ่ายในการผ่าตัดต่อกระจกและใส่เลนส์แก้วตาเทียมขึ้นกับสถานพยาบาลที่รับการรักษา ราคาประมาณ 18,000-40,000 บาท ในกรณีเป็นสถานพยาบาลของราชการ สามารถเบิกค่ารักษาพยาบาลได้หมดรวมทั้งค่าเลนส์เทียม กรณีบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า (บัตรทอง) สามารถใช้สิทธิผ่าตัดต่อกระจกและเลนส์แก้วตาเทียมได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม

## การดูแลหลังการผ่าตัดต่อกระจก ต้องทำอย่างไร

1. ห้ามน้ำเข้าตาที่ผ่าตัดประมาณ 4 สัปดาห์ เพื่อรอให้แผลติดสนิท ควรใช้วิธีการเช็ดหน้าแทนการล้างหน้า และนอนหงายศีรษะผมห่ม
2. ห้ามขยี้ตาที่ผ่าตัดประมาณ 4 สัปดาห์ ดังนั้นหลังผ่าตัด วันรุ่งขึ้นให้เปิดตาได้ และใช้ลาลูซิบน้ำสะอาด (หรือน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว) บีบสำลีให้แห้งเช็ดรอบบริเวณขอบตา เพื่อเช็ดยาและขี้ตาออก เริ่มหยอดยาที่ได้รับประมาณวันละ 5-6 ครั้ง ตอนกลางวันหากไม่ต้องการครอบพลาสติกปิดตา อาจใส่แว่นเพื่อป้องกันการฝอลขยี้ตา ตอนนอนให้ครอบพลาสติกเพื่อป้องกันการฝอลขยี้ตาขณะหลับ
3. หลังผ่าตัด หมอก ฝ้าขาวๆ จะหายไป แต่อาจยังเห็นภาพไม่ชัด คล้ายถ่ายรูปไม่ชัด การมองเห็นภาพจะชัดขึ้นทุกๆ วัน จนผ่านไปประมาณ 1-2 เดือน แพทย์จะวัดสายตา เพื่อให้ผู้ป่วยพิจารณาว่าต้องการใส่แว่นเพิ่มเพื่อให้ภาพคมชัดขึ้นหรือไม่
4. ยาแก้อักเสบที่ได้กลับไป ให้เริ่มทานได้ตั้งแต่วันผ่าตัดจนยาหมด ส่วนยาแก้ปวดให้ทานเฉพาะเมื่อปวดตา ยาประจำตัวที่เคยทานอยู่เดิมให้ทาน

ตามปกติ

5. เย็นวันผ่าตัด ควรนอนพักผ่อน ลุกขึ้นเดินได้เท่าที่จำเป็น เช่น ทานอาหาร เข้าห้องน้ำ วันหลังจากนั้น ควรหลีกเลี่ยงงานหนัก การไอหรือจามอย่างรุนแรง หรือกระเอนมากหรือการยกของหนักประมาณ 2-3 สัปดาห์

6. อาหารทานได้ปกติเหมือนก่อนผ่าตัด และให้ไปพบแพทย์ตรวจหลังการผ่าตัดตามนัด กรณีมีอาการผิดปกติ เช่น ตาแดงมากขึ้นหลังจากเปิดตา ปวดตามาก หรือตาที่เคยชดกลับมัวลงอีก หรือ ฝอลขยี้ตา ให้ไปพบแพทย์ทันที

## หลังทำผ่าตัดแล้ว จำเป็นต้องใส่แว่นอีกหรือไม่

โดยทั่วไปหลังการผ่าตัดต่อกระจกยังต้องตรวจระดับสายตาว่ายังจำเป็นต้องใส่แว่นเพื่อเห็นภาพคมชัดขึ้นอีกหรือไม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้สายตาเพื่ออ่านหนังสือ มักต้องใช้แว่นอ่านหนังสือเช่นเดียวกับผู้ที่มีอายุเกิน 40 ปีที่ยังไม่ได้ผ่าตัดต่อกระจก เพราะเลนส์แก้วตาในผู้ที่อายุมากขึ้นและเลนส์แก้วตาเทียมจะไม่มีคามยืดหยุ่น ทำให้ไม่สามารถเพ่ง (accommodation) ได้เอง ต้องใช้แว่นอ่านหนังสือช่วย แต่โดยทั่วไปต้องรอระยะเวลาหลังผ่าตัดแล้ว 1-2 เดือน เพื่อรอให้สายตาหลังผ่าตัดเริ่มเข้าที่ จักษุแพทย์จึงจะวัดระดับสายตาให้