

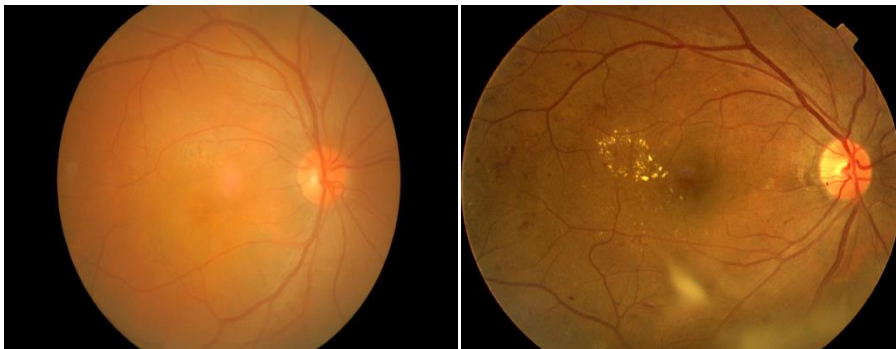
เบาหวานขึ้นตา คืออะไร

เบาหวานทำให้จอประสาทตามีความผิดปกติ เรียกว่า เบาหวานจอประสาทตา หรือ “เบาหวานขึ้นตา” ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญทำให้ตาบอดในผู้สูงอายุ

ทำไมเบาหวานทำให้ตาบอด ?

เบาหวานซึ่งมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น ทำให้เกิดความผิดปกติของอวัยวะต่างๆ ทั่วร่างกาย เช่น ไต ระบบประสาทรวมถึงที่ตาด้วย โดยเบาหวานทำให้มีการเสื่อมของหลอดเลือดที่จอประสาทตา ดังนี้

1. มีการรั่วของไขมันจากหลอดเลือดจอประสาทตาทำให้จอประสาทตาบวม
2. มีการอุดตันของหลอดเลือดของจอประสาทตา ทำให้ขาดเลือดไปเลี้ยงจึงมีการงอกของหลอดเลือดผิดปกติ เกิดพังพืด เลือดออกในตา และจอประสาทตาหลุดลอก



รูปแสดง (ซ้าย) จอประสาทตาปกติ (ขวา) เบาหวานจอประสาทตา

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดเบาหวานขึ้นตา ได้แก่

1. ระยะเวลาของการเป็นเบาหวาน โดยผู้ที่เป็เบาหวานมานานจะมีโอกาสเกิดเบาหวานขึ้นตามากขึ้น

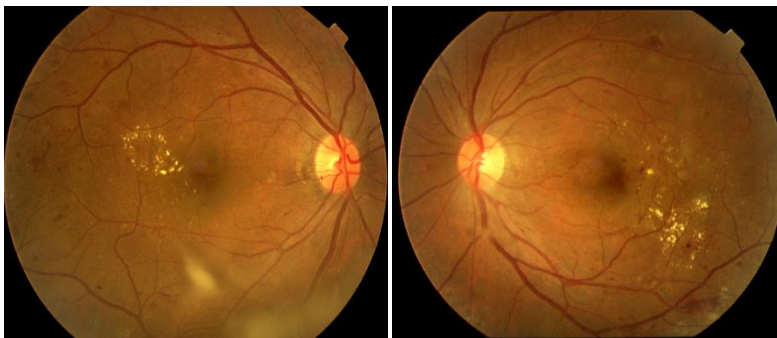
2.ระดับน้ำตาลในเลือด หากควบคุมไม่ดี จะมีโอกาสเบาหวานขึ้นตามากขึ้น

3.มีโรคหลอดเลือดร่วมด้วยเช่น ไขมันในเลือด ความดันโลหิตสูง

4.การตั้งครรภ์

เบาหวานขึ้นตามี 2 แบบ

1.ระยะแรก พบ เส้นเลือดโป่งพอง จุดเลือดออกเล็กๆ ไขมันรั่วออกจากหลอดเลือดทำให้จอประสาทตาบวม



รูปแสดง เบาหวานจอประสาทตาระยะแรก

2.ระยะรุนแรง มีหลอดเลือดผิดปกติงอกใหม่ในจอตา มีเลือดออกในวุ้นตา จอประสาทตาหลุดลอก



รูปแสดง เบาหวานจอประสาทตาระยะรุนแรง

ทราบได้อย่างไรว่าเบาหวานขึ้นตา

ผู้ป่วยเบาหวานขึ้นตาอาจมีตามัวลง เห็นเงาดำตรงกลาง หรือภาพบิดเบี้ยว หรือเห็นจุดดำๆ คล้ายหยากไย่ลอยไปมา แต่บางรายอาจไม่มีอาการ แม้จะมีเบาหวานขึ้นตาแล้ว

การตรวจตาในผู้ป่วยเบาหวาน

1. กลุ่มอายุน้อย ควรตรวจตาภายใน 3- 5 ปี และตรวจซ้ำปีละ 1 ครั้ง
2. กลุ่มสูงอายุ ตรวจทันทีที่วินิจฉัยว่าเป็นเบาหวานและตรวจซ้ำปีละ 1 ครั้ง
3. หญิงตั้งครรภ์ ควรตรวจทันทีที่ตั้งครรภ์และตรวจซ้ำทุก **3** เดือน

การรักษาเบาหวานขึ้นตา มี 2 วิธี

1. การยิงเลเซอร์ กรณีจักษุรับภาพบวมหรือมีหลอดเลือดผิดปกติงอกใหม่
2. การผ่าตัดวุ้นตา ทำกรณีมีจอตาหลุดลอกและหรือมีเลือดออกในวุ้นตา

ตาบอดจากเบาหวานขึ้นตาป้องกันได้

1. ผู้ป่วยที่ยิงเลเซอร์หรือผ่าตัดจอตาแล้ว ต้องมาติดตามการรักษาสม่ำเสมอ
2. แนะนำให้คุมเบาหวาน ออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพ

การป้องกันและการดูแลรักษาที่ดีสามารถลดการสูญเสียการมองเห็นได้จึงควรตรวจตาอย่างน้อยปีละ 1 ครั้งช่วยป้องกันตาบอดจากเบาหวานขึ้นตาได้