

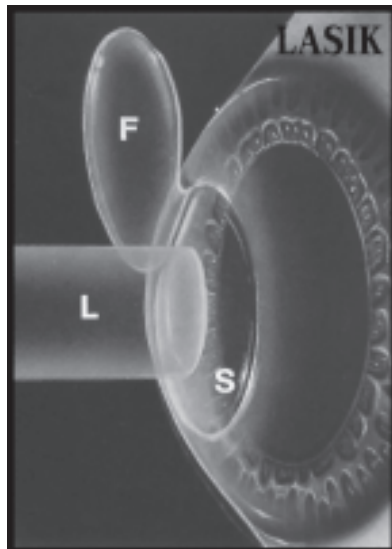
เป็นสายตาสั้น
จะทำเลสิก
(LASIK) ดีหรือไม่



เลสิกคือการแก้ปัญหาสายตา โดยใช้แสงเลเซอร์ทำให้ความโค้งของผิวกระจกตาปรับเปลี่ยนไป ผลทำให้สายตาเป็นปกติ เลสิกเหมาะสำหรับคนสายตาผิดปกติ เช่น สั้น เอียง ปัจจุบันเทคโนโลยีของเครื่องทำเลสิกพัฒนาขึ้นมาก ทำให้ผลการผ่าตัดแม่นยำ ภาวะแทรกซ้อนน้อย โดยปกติแล้วจะมีการปรึกษาพูดคุยระหว่างแพทย์กับผู้ป่วยเป็นอย่างดีก่อน รวมทั้งตรวจตาว่าเหมาะสมที่จะทำเลสิกได้หรือไม่



การทำเลสิกเหมาะสำหรับคนสายตาสั้นผิดปกติ โดยเฉพาะสายตาสั้นหรือเอียง ที่ไม่ต้องการใส่แว่นตาและคอนแทคเลนส์ หรือเพื่อลดกำลังของแว่นตาลง จะได้ลดความหนาและน้ำหนักของแว่นตา ปัจจุบันเทคโนโลยีของเครื่องทำเลสิกพัฒนาขึ้นมากทำให้ผลการผ่าตัดแม่นยำ ภาวะแทรกซ้อนน้อย แต่อาจพบปัญหาบ้างในบางราย เช่น อาจเห็นแสงสะท้อนรอบดวงไฟในช่วงแรก อย่างไรก็ตามการผ่าตัดทุกชนิดย่อมเสี่ยงที่จะมีภาวะแทรกซ้อนที่แม้จะมีโอกาสเกิดน้อยก็ตาม คงต้องชั่งน้ำหนักระหว่างประโยชน์ที่ได้ เช่น สะดวกในการเล่นกีฬา กิจกรรมบางประเภท และส่งเสริมในอาชีพการงาน กับข้อดีที่อาจมีได้ รวมทั้งค่าใช้จ่าย โดยปกติแล้วจะมีการปรึกษาคณะผู้ศัลยกรรมระหว่างแพทย์กับผู้สนใจเป็นอย่างดีก่อน รวมทั้งตรวจตาว่าเหมาะสมที่จะทำเลสิกได้หรือไม่

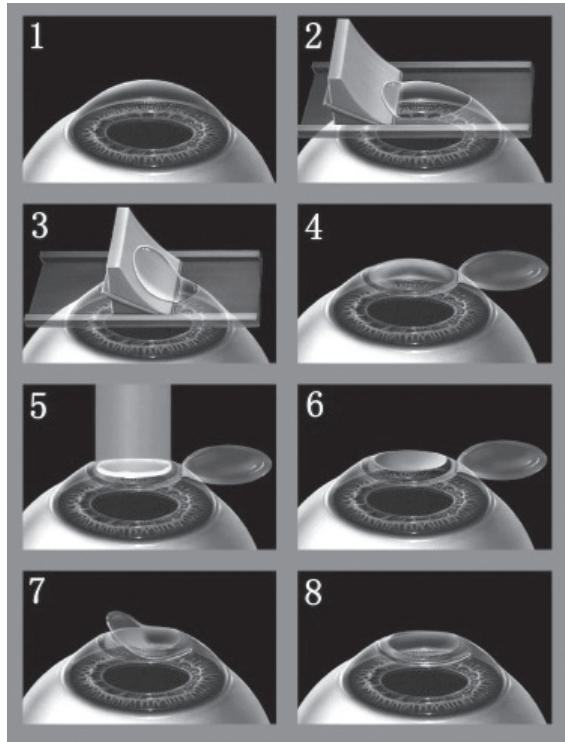


รูปการฉายเลเซอร์เพื่อทำเลสิกแก้ปัญหาสายตาสั้น

- คุณสมบัติของผู้ที่จะสามารถรักษาสายตาสั้นผิดปกติด้วยวิธีเลสิกได้คือ
- เป็นผู้ที่มีสายตาสั้นผิดปกติคือสั้น ยาว หรือเอียง
 - มีปัญหาในการใส่แว่นตา หรือคอนแทคเลนส์ หรือแพ้ น้ำยาคอนแทคเลนส์
 - มีอายุ 18 ปีขึ้นไป และมีสายตาคงที่แล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี
 - ไม่มีโรคตาอื่นๆ เช่น ต้อหิน ต้อกระจก ตาแห้งอย่างรุนแรง
 - ไม่มีโรคอื่น ๆ ที่มีผลกับการหายของแผล เช่น เบาหวาน, โรคเอสแอลอี และโรคไขข้อรูมาตอยด์ เป็นต้น
 - ไม่ตั้งครรภ์ และไม่อยู่ในระหว่างให้นมบุตร
 - ได้ข้อมูลการรักษาอย่างถูกต้องและครบถ้วน

เลสิกคือการผ่าตัดตา โดยการเปิดผิวกระจกตาทางด้านบนออก โดยยังเหลือเป็นชั้นไว้คล้ายบานพับ แล้วใช้แสงเลเซอร์ไปขจัดเนื้อกระจกตาด้านล่างต่อผิวนี้บางส่วน เพื่อจะเปลี่ยนความโค้งของผิวกระจกตา แล้วปิดกระจกตาที่เปิดออกกลับเข้าที่เดิม แล้วกลับบ้านได้ไม่ต้องนอนโรงพยาบาล ใช้เวลาทำประมาณ 40 นาที ช่วงเวลาใช้แสงเลเซอร์แค่ประมาณ 7 วินาที ขณะทำเพียงใช้ยาชาหยอดตา โดยทั่วไปจะไม่รู้สึกเจ็บเลย และสามารถเปิดตาได้ในวันรุ่งขึ้น

คนสายตาสั้นจะมีความโค้งของกระจกตามากเกินไป ทำให้เมื่อแสงจากวัตถุผ่านเข้าตาแล้วจะมีการรวมแสงก่อนถึงจอประสาทตา ทำให้มองไกลไม่ชัด การทำเลสิกก็จะไปเปลี่ยนความโค้งของผิวกระจกตา ให้มีความโค้งลดลงในระดับที่พอดีที่จะมีผลทำให้กำลังสายตาลดลงจนแสงที่เข้าตาไปรวมเป็นจุดเดียวกันที่กลางจอประสาทตาพอดี ทำให้เห็นภาพได้ชัดโดยไม่ต้องใช้แว่นตาหรือคอนแทคเลนส์อีกต่อไป ในคนสายตาเอียงก็สามารถทำเลสิกเพื่อเปลี่ยนความโค้งของผิวกระจกตา ทำให้แสงไปรวมเป็นจุดเดียวที่จอประสาทตาได้เช่นกัน



รูปขั้นตอนการทำเลสิก

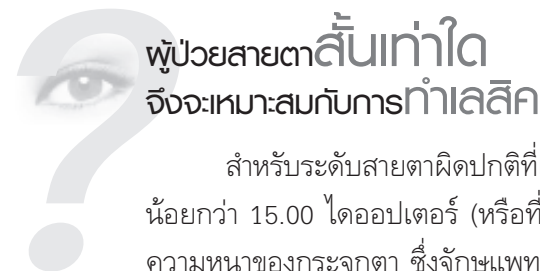
การผ่าตัดทำเอ็กไซเมอร์ (Excimer) เหมือนกับการทำเลสิก (Lasik) หรือไม่

การใช้เอ็กไซเมอร์เลเซอร์ เป็นวิธีการหนึ่งในกลุ่มการทำให้ความหนาของกระจกตาบางลง เพื่อแก้ไขภาวะสายตาสั้นผิดปกติที่นิยมมากที่สุดในปัจจุบัน โดยมีหลักการในการใช้แสงเลเซอร์ชนิด Excimer ยิงบริเวณกระจกตาในตำแหน่งที่ต้องการให้บางลง เพื่อลดการหักเหของแสงที่กระจกตา ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 วิธีคือ

1. วิธี Photo-refractive keratectomy (PRK) ทำโดยการยิงเลเซอร์ excimer ไปบนกระจกตาในบริเวณที่ต้องการ โดยไม่มีการใช้มีดฝานกระจกตาก่อนยิงเลเซอร์ สามารถทำได้ในผู้ที่มีสายตาสั้นไม่มาก แต่มีข้อเสียคือผู้ป่วยจะมีการเคืองตาหลังทำ

2. การทำเลสิก (Lasik = Laser in situ keratomileusis) จะมีการใช้มีดขนาดเล็กฝานกระจกตาบริเวณที่จะยิงเลเซอร์เปิดออกก่อน และยิงเลเซอร์ excimer ไปบริเวณที่ต้องการ แล้วจึงปิดฝากระจกตาที่ฝานไว้กลับที่เดิม ทำให้ไม่มีการสูญเสียผิวของกระจกตา ผู้ป่วยจึงไม่เคืองตา ทำให้วิธีนี้เป็นที่นิยมมากในปัจจุบัน

จะเห็นได้ว่า excimer เป็นชื่อของเลเซอร์ที่นิยมนำมาใช้ในการผ่าตัดแก้ไขสายตาสั้นผิดปกติ ส่วน Lasik เป็นชื่อวิธีซึ่งนิยมทำในปัจจุบัน



ผู้ป่วยสายตาสั้นเท่าใด จึงจะเหมาะสมกับการทำเลสิก

สำหรับระดับสายตาสั้นผิดปกติที่เหมาะสมในการทำเลสิก คือสายตาสั้นน้อยกว่า 15.00 ไดออปเตอร์ (หรือที่เรียกทั่วไปว่าสายตาสั้น 1500) ขึ้นกับความหนาของกระจกตา ซึ่งจักษุแพทย์จะพิจารณาเป็นรายๆไป สายตาเอียงไม่เกิน 6.00 ไดออปเตอร์ หรือสายตายาวไม่เกิน 6.00 ไดออปเตอร์ (การใช้เลเซอร์แก้สายตายาวได้ผลน้อยกว่าการแก้สายตาสั้นหรือสายตาเอียง) ส่วนการทำ PRK จะทำในผู้ที่มีสายตาสั้นไม่เกิน 9.00 ไดออปเตอร์ สายตาเอียงไม่เกิน 6.00 ไดออปเตอร์ และสายตายาวไม่เกิน 4.00 ไดออปเตอร์

เครื่องเลเซอร์ excimer ที่มีใช้ในประเทศไทยขณะนี้ เหมือนกับหมดทุกที่หรือไม่ ควรทำที่ไหนดี

เครื่อง excimer มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่รุ่นที่ 1 ซึ่งลำแสงเลเซอร์เป็นวงใหญ่ ทำให้ได้พื้นผิวกระจกตาไม่เรียบ รุ่นที่ 2 พัฒนาลำแสงเลเซอร์เป็นแถบบาง ทำให้กระจกตาเรียบขึ้น รุ่นที่ 3 แสงเลเซอร์เป็นจุดเล็กๆ จะทำให้กระจกตาเรียบและได้ผลแม่นยำมากขึ้น รุ่นที่ 4 มีการนำหลักการหน้าคลื่น (wavefront) มาใช้ในการวัดภาวะสายตาคิดปกติอย่างละเอียด เพื่อวางแผนในการยิงเลเซอร์ จึงให้ผลที่แม่นยำและลดภาวะการเห็นแสงสะท้อนรอบดวงไฟ ที่อาจพบได้ในผู้ป่วยหลังทำ excimer และรุ่นที่ 5 ซึ่งพัฒนาให้ใช้เวลาในการยิงเลเซอร์สั้นลงกว่ารุ่นที่ 4 ปัจจุบันในประเทศไทยมีเครื่อง excimer ทุกรุ่นขึ้นกับโรงพยาบาลแต่ละแห่ง

การพิจารณาทำที่ใดคงขึ้นกับหลายปัจจัยแล้วแต่ความสะดวกของผู้ป่วย เพราะปัจจุบันโรงพยาบาลของรัฐและโรงพยาบาลเอกชนขนาดใหญ่เกือบทุกแห่งมีให้บริการได้

ค่าใช้จ่ายในการทำ IOPG หรือไม่ ใช้สิทธิเบิกการได้ทำ

ค่าใช้จ่ายในการทำเลสิกในโรงพยาบาลของรัฐประมาณ 20,000 ถึง 35,000 บาทต่อข้าง หากทำพร้อมครั้งสองตาค่าใช้จ่ายประมาณ 40,000 ถึง 60,000 บาท ไม่สามารถเบิกการหรือใช้สิทธิประกันสังคมได้ และหากเป็นโรงพยาบาลเอกชน อาจมีค่าใช้จ่ายสูงขึ้นแล้วแต่โรงพยาบาล

ผู้มีอายุที่เริ่มอ่านหนังสือใกล้ไม่เห็น สามารถทำเลสิกได้หรือไม่

การทำเลสิกไม่สามารถแก้ภาวะสายตาวายในผู้สูงอายุ (presbyopia) ซึ่งจะมีปัญหาอ่านหนังสือระยะใกล้ไม่ชัด แต่อาจใช้เลเซอร์เพื่อให้อาตางข้างหนึ่งเห็นภาพที่ระยะไกลชัด และตาอีกข้างหนึ่งเห็นภาพที่ระยะใกล้ชัด ขึ้นกับการพิจารณาร่วมกันระหว่างผู้ป่วยกับจักษุแพทย์

อันตรายหรือภาวะแทรกซ้อน ที่เกิดจากการทำเลสิกมีหรือไม่

ปัญหาหรือภาวะแทรกซ้อนที่อาจพบหลังการทำเลสิก เช่นการเห็นแสงสะท้อนบริเวณดวงไฟ (glare) พบได้ 3-40% ขึ้นกับขนาดรูม่านตาผู้ป่วยและขนาดบริเวณที่ยิงเลเซอร์ ซึ่งปัญหานี้มักหายไปเร็วที่สุด, ปัญหาตาแห้ง พบได้ 3-60% แก้ไขโดยการใช้หยอดตาเทียม, ปัญหาการติดเชื้อพบน้อยเพียง 0.02-0.1%

หลังทำแล้ว จะไม่ต้องใส่แว่นไปตลอดชีวิตเลยได้หรือไม่

โดยทั่วไปจักษุแพทย์จะพยายามเลเซอร์ให้ผู้ป่วยไม่ต้องใส่แว่นอีก แต่ในระยะยาวหากมีสายตาเปลี่ยนแปลง หรือเกิดการซ่อมแซมตัวเองของกระจกตามาก อาจมีสายตาสั้นได้อีก โดยทั่วไปมักไม่มากเหมือนก่อนทำ และยังสามารถทำ excimer ซ้ำได้



แผ่นวัดสายตาวาดด้วยตนเอง

95									distance equivalent
									$\frac{20}{800}$
874									Point Jaeger
									$\frac{20}{400}$
2843									26 16 $\frac{20}{200}$
6 3 8	E	W	Ξ						14 10 $\frac{20}{100}$
8 7 4 5	Ξ	т	W						10 7 $\frac{20}{70}$
6 3 9 2 5	т	E	Ξ						8 5 $\frac{20}{50}$
4 2 8 3 6 5	W	E	т						6 3 $\frac{20}{40}$
3 7 4 2 5 8	л	м	л						5 2 $\frac{20}{30}$
9 3 7 8 2 5	u	л	u						4 1 $\frac{20}{25}$
4 2 9 7 3 5	u	л	u						3 1+ $\frac{20}{20}$

วิธีใช้แผ่นวัดสายตาวาดด้วยตนเอง

1. ถือภาพไว้ในระดับสายตา ระยะห่างจากตาเท่าที่ถนัดเหมือนอ่านหนังสือหรือทำคอมพิวเตอร์
2. ปิดตาทีละข้าง ลองอ่านแถวที่มีเลข 20/20 กำกับ ถ้าอ่านได้แสดงว่ายังไม่มีปัญหาสายตาวาว
3. ถ้าต้องเพิ่มระยะห่างระหว่างภาพกับดวงตาจึงจะอ่านเลขแถว 20/20 ได้ แสดงว่าเริ่มมีปัญหาสายตาวาว ควรใส่แว่นตาสำหรับมองใกล้
4. ถ้าเดิมไม่เคยมีปัญหาสายตาสั้น ยาวหรือเอียงอยู่ มักเริ่มมีปัญหาสายตาวาว มองใกล้ไม่ชัดเมื่ออายุประมาณ 40 ปี ซึ่งการใช้แว่นมองใกล้ จะทำให้เห็นภาพชัดขึ้น, ไม่ปวดตาและศีรษะ