



“โรคตาแห้ง”



บทความโดย

นพ. วีรภัทร อุดมวงศ์

จักษุแพทย์ด้านกระจกตาและการผ่าตัดแก้ไขสายตาผิดปกติ
รพ.เมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง) กรมการแพทย์



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th



02-590-1886

“โรคตาแห้ง”



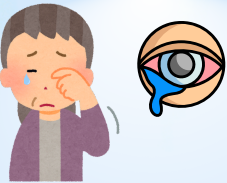
โรคตาแห้งเป็นโรคที่มีความผิดปกติของความสมดุลของน้ำตา บริเวณผิวดวงตา เกิดจากหลายสาเหตุร่วมกัน ทำให้มีอาการแสบตา เคืองตา เหมือนมีทรายในตา ตาสู้แสงไม่ได้ ตาพร่ามัว น้ำตาไหล มักมีอาการเป็น ๆ หาย ๆ มีอาการมากเมื่อใช้สายตามาก ๆ และ อาการดีขึ้นเมื่อมีการพักใช้สายตา



สำหรับโรคตาแห้ง พบได้บ่อย โดยกว่า 90% ของผู้ป่วย ที่มาที่แผนกผู้ป่วยนอกจักษุวิทยา มีโรคตาแห้งร่วมอยู่ด้วยเสมอ และโรคตาแห้งเป็นโรคเรื้อรังที่รบกวนคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย

ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคตาแห้ง เช่น

● อายุที่มากขึ้น เพศหญิง



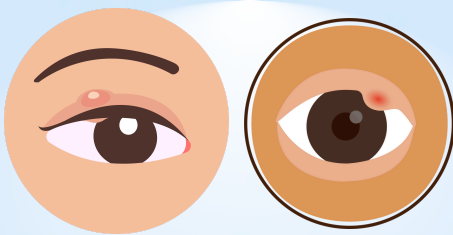
● ใส่คอนแทคเลนส์



● เคยทำเลสิก



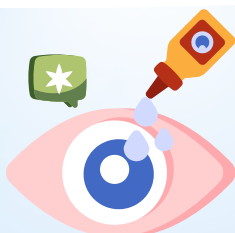
● ต่อมไขมันที่เปลือกตาอุดตัน เปลือกตาอักเสบ



● มียาгинที่ทำให้ น้ำตาผลิตน้อยลง เช่น ยาแก้สิวกลุ่ม Retinoic acid ยาแก้แพ้กลุ่ม Anti-histamine



● มียาหยอดที่มีสารกันเสียมาก ๆ เช่น ยาต้อหิน



● มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ที่คุมไม่ดี โรคแพ้ภูมิตนเอง เอสแอลอี โรคปวดข้อรูมาตอยด์





การวินิจฉัยโรคตาแห้งทำได้โดย



- 1 ประเมินจากอาการ ว่ามีอาการของโรคตาแห้งตามที่กล่าวข้างต้นหรือไม่



- 2 ตรวจผิวดวงตาโดยจักษุแพทย์ ทำโดยการย้อมสีบริเวณผิวดวงตา เพื่อดูว่ามีรอยถลอกเล็ก ๆ ที่กระจกตา ซึ่งบ่งบอกว่ามีผิวดวงตาที่แห้งหรือไม่



การรักษา

- 1 ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น ใส่แว่นกันลม ไม่เปิดพัดลมพัดมาที่ใบหน้าโดยตรง พักการใช้สายตาเป็นระยะ ใช้เครื่องเพิ่มความชื้นในอากาศ



- 2 ทำความสะอาดเปลือกตาเป็นประจำ เพื่อลดการอุดตันของต่อมไขมันที่เปลือกตา



- 3 อาหารเสริมที่ช่วยในเรื่องตาแห้งตามหลักฐานปัจจุบัน เช่น Omega-3

- 4 หยอดน้ำตาเทียมที่มีคุณภาพและปลอดภัย ภายใต้คำแนะนำของเภสัชกรและจักษุแพทย์ โดยใช้เมื่อมีอาการตาแห้ง เคืองตา หรือเมื่อมีอาการมากขึ้นอาจต้องหยอดบ่อยขึ้น โดยถ้าต้องหยอดมากกว่า 4 ครั้งต่อวัน ต้องเลือกใช้น้ำตาเทียมชนิดที่ไม่มีสารกันเสีย



- 5 เมื่อรักษาตามการรักษาข้างต้นแล้วอาการไม่ดีขึ้น ควรพบจักษุแพทย์ เพื่อให้การรักษาเพิ่มเติม เช่น ยาลดการอักเสบกลุ่มสเตียรอยด์ ยากระตุ้นการสร้างน้ำตา น้ำตาเทียมแบบเจล ใช้ซีรัมหยอดตา ตลอดจนการรักษาด้วยการผ่าตัดรักษาตาแห้งอื่น ๆ

