

วุ้นตาเสื่อม

รศ.ดร.นพ.นพศักดิ์ ผาสุขกิจวัฒนา

ภาควิชาจักษุวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

การมองเห็นจุดดำหรือเงาดำรูปร่างต่าง ๆ ลอยไปมา หรือเห็นแสงไฟแว็บขึ้นมาทั้งที่อยู่ในที่มืด อาการเหล่านี้เกิดจากความเสื่อมของวุ้นตา มาหาคำตอบกันว่าอันตรายหรือไม่

วุ้นตามีลักษณะเป็นเจลเหมือนไข่ขาวอยู่ภายในลูกตา อยู่แนบไปกับจอตา มีความใสและเป็นทางให้แสงผ่านไปสู่จอตาทำให้มองเห็นภาพได้ หากจะเปรียบเทียบกับลูกตาเป็นเหมือนกะลามะพร้าว วุ้นตากก็เปรียบเสมือนน้ำมะพร้าว ส่วนจอตากก็เปรียบเหมือนเนื้อมะพร้าว เมื่ออายุมากขึ้นวุ้นตาจะมีการเปลี่ยนแปลงได้ บางส่วนอาจกลายเป็นโพรงน้ำจากที่เดิมเคยเป็นเหมือนเจล บางส่วนก็มีการจับกันเป็นตะกอนเล็ก ๆ ขึ้น นอกจากนั้นยังอาจเกิดการลอกตัวของวุ้นตาออกจากจอตาได้

สำหรับอาการของวุ้นตาเสื่อม เมื่อมีตะกอนวุ้นตาเกิดขึ้น หากมองไปในที่ที่มีแสงสว่าง เช่น ฉากสีขาว หรือห้องฟ้ายิ่งจะทำให้เกิดเงาของตะกอนวุ้นตาตกลงบนจอตา ผู้ป่วยจะเห็นเหมือนมีจุดดำเล็ก ๆ เหมือนลูกน้ำลอยไปลอยมาได้ หรือเมื่อมีการลอกตัวของวุ้นตาออกจากจอตา อาจเกิดการดึงรั้งขึ้นระหว่างวุ้นตากับจอตา เกิดการกระตุ้นจอตาซึ่งสมองจะแปลผลเป็นแสง ผู้ป่วยจึงเห็นเป็นเหมือนแสงวาบขึ้นมาได้ มีลักษณะเหมือนฟ้าแลบ หรือไฟแฟลชกลิ้งถ่ายรูป ซึ่งจะสังเกตเห็นได้ง่ายเมื่ออยู่ในที่มืด

โดยทั่วไปแล้ว วุ้นตาเสื่อมเป็นภาวะที่เป็นการเปลี่ยนแปลงของวุ้นตาไปตามธรรมชาติ ไม่มีอันตราย และไม่ต้องทำการรักษา จุดดำลอยไปลอยมาอาจคงอยู่ แต่สมองจะปรับตัวได้และชินไปเอง ส่วนอาการแสงวาบจะลดลงเรื่อย ๆ เมื่อวุ้นตากับจอตาลอกออกจากกันอย่างสมบูรณ์ ไม่เกิดการดึงรั้งกันอีก

อย่างไรก็ตาม พบได้บ้างนาน ๆ ครั้ง ที่วุ้นตากับจอตาเกิดการดึงรั้งกันจนจอตาขาดเป็นรู รูขาดที่จอตานี้ อาจสมานไปได้เอง แต่ถ้าหากมีน้ำเซาะเข้าไปในรูจะทำให้เกิดจอตาลอกได้ ผู้ป่วยจะมีอาการเหมือนมีม่านดำมาบังลานสายตา ซึ่งต้องรักษาโดยการผ่าตัด

ดังนั้น หากมีอาการจุดดำลอยไปมา โดยเฉพาะเมื่อร่วมกับมีแสงวาบ ควรมารับการตรวจจอตาโดยจักษุแพทย์ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ที่มีสายตาสั้นมาก ๆ ซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดรูขาดมากกว่าคนปกติเล็กน้อย

เมื่อมาพบแพทย์ แพทย์จะทำการหยอดยาขยายรูม่านตา และทำการตรวจจอตาอย่างละเอียด หากพบว่า มีรูขาดโดยที่ยังไม่มีจอตาลอก แพทย์สามารถทำการยิงเลเซอร์รอบรูขาดเพื่อปิดรูนั้นได้ หลังการยิงเลเซอร์สามารถใช้สายตาได้ตามปกติ แต่หากไม่พบรูขาดก็ไม่จำเป็นต้องทำการรักษาเพิ่มเติม แพทย์จะนัดตรวจติดตามตามความ

เหมาะสมต่อไป แต่อย่างไรก็ตามผู้ป่วยต้องสังเกตอาการ หากมีจุดดำลอยไปมามากขึ้นผิดปกติ หรือยังมีแสงวาบ บ่อย ๆ หรือมีม่านดำมาบังลานสายตา ให้มาพบแพทย์ก่อนวันนัดได้

วุ้นตาเสื่อมเป็นการเปลี่ยนแปลงของวุ้นตาไปตามธรรมชาติ ส่วนใหญ่แล้วไม่มีอันตรายอะไร ไม่ต้องทำการรักษา มีเพียงส่วนน้อยที่มีภาวะแทรกซ้อนได้ ดังนั้นจึงไม่ต้องกังวลมาก แนะนำให้มาตรวจถ้ามีอาการ อาหารเสริมที่โฆษณาชวนเชื่อว่าช่วยเรื่องวุ้นตาเสื่อมนั้นยังไม่มีการพิสูจน์ทางวิชาการว่าเป็นความจริง ให้ทานอาหารที่มีประโยชน์ ครบ 5 หมู่อย่างสมดุลจะดีกว่า ซึ่งจะช่วยให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง และสุขภาพตาแข็งแรงไปด้วย