

ต้อหิน จากการหยอดตา

รศ.นพ.นริศ กิจณรงค์

ภาควิชาจักษุวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ต้อหิน เป็นโรคที่ทำให้เกิดภาวะตาบอดชนิดถาวรที่พบได้บ่อยที่สุดในประเทศไทยรวมทั้งทั่วโลก โดยจะพบมากขึ้นตามอายุ ในคนไทยพบต้อหินได้ร้อยละ 3 ในผู้ที่มีอายุมากกว่า 40 ปี และพบมากขึ้นเป็นร้อยละ 6 ในคนที่มีอายุมากกว่า 60 ปี

ต้อหินเป็นโรคที่ชั่วประสาทตาถูกทำลายที่ละน้อย ๆ ทำให้มีการสูญเสียลานสายตาสาเหตุสำคัญคือความดันตาที่สูงขึ้น หรืออาจเกิดจากสาเหตุอื่นๆที่ทำให้เส้นประสาทตาเสียไป ผู้ป่วยต้อหินจะมีการสูญเสียลานสายตารอบนอกก่อน เมื่อโรคดำเนินไปมากขึ้นจึงจะสูญเสียลานสายตาในส่วนตรงกลางทำให้เกิดอาการตาบอดได้

สาเหตุการเกิดต้อหิน

1. ต้อหินโดยทั่วไปไม่ทราบสาเหตุ เรียกว่า ต้อหินชนิดปฐมภูมิ ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับกรรมพันธุ์ โดยอาจมีประวัติมีญาติเป็นต้อหิน นอกจากนี้ยังพบในคนสายตาสั้นหรือยาวมากๆ คนที่เป็นเบาหวาน ตลอดจนถึงผู้สูงอายุ

2. ต้อหินที่มีสาเหตุเกี่ยวเนื่องจากสาเหตุอื่น เรียกว่า ต้อหินชนิดทุติยภูมิ ได้แก่ ภาวะเบาหวานขึ้นจอตา อุบัติเหตุทางตา การติดเชื้อหรือการอักเสบในตา การใช้ยากุ่มสเตียรอยด์ ตลอดจนถึงโรคต่อกระจกที่ปล่อยทิ้งไว้จนสุก

หลาย ๆ ท่านอาจยังไม่ทราบว่าโรคต้อหิน มีสาเหตุสำคัญอีกอย่างคือ เกิดจากการใช้ยาหยอดตาประเภทสเตียรอยด์ ซึ่งปัจจุบันมีผู้ป่วยโรคต้อหินจากสาเหตุดังกล่าวมากขึ้น ๆ เพราะรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เนื่องจากยาหยอดตาประเภทสเตียรอยด์ นอกจากจะแก้คันและเคืองตาแล้ว ยังช่วยรักษาโรคภูมิแพ้ได้ผลดีมาก ทำให้คนทั่วไปมักจะไปซื้อมาใช้เอง ในบางกรณีผู้ป่วยเคยได้รับจากจักษุแพทย์ เมื่อยาหมดก็ชอบที่จะไปซื้อมาใช้เอง ทำให้ดวงตาได้รับปริมาณยามากเกินไป จนส่งผลร้ายเพราะอาจทำให้เป็นต้อหิน และยังถ้าหากใช้ไปเรื่อย ๆ ตาก็จะมัวลง ๆ จนตาบอดสนิทในที่สุด

ในกรณีที่จำเป็นต้องใช้ยาหยอดตาที่มีขายอยู่ตามร้านขายยา หรือซูปเปอร์มาเก็ต หากเป็นยาที่ไม่อันตราย เช่น น้ำตาเทียม ยาล้างตา ก็สามารถซื้อได้เอง แต่ยาที่มีฤทธิ์ในการรักษาโรคต่างๆ เช่น ยาปฏิชีวนะ ยารักษาโรคต่างๆ ยาแก้แพ้สเตียรอยด์ ควรปรึกษาจักษุแพทย์ก่อนทุก

ครั้ง เพราะการซื้อยามาใช้เองอาจรักษาได้ไม่ตรงโรคและทำให้เกิดภาวะ แทรกซ้อนจากการใช้ยาได้ เช่น

- การติดเชื้อกำเริบมากขึ้น
- ตาบอดจากต้อหิน
- การแพ้ยา เป็นต้น

กลุ่มเสี่ยงที่มีโอกาสเป็นโรคต้อหินจากการใช้ยา

- ผู้ที่เป็นโรคภูมิแพ้หรือการอักเสบเรื้อรังที่ตา ที่มีความจำเป็นต้องรักษาด้วยการหยอดยาลดการอักเสบสเตียรอยด์

- ผู้ที่มีโรคทางกายที่จำเป็นต้องใช้ยากลุ่มสเตียรอยด์ เป็นเวลานาน เช่น โรคภูมิแพ้ต่าง ๆ ผู้ป่วยโรคไต ผู้ป่วยเปลี่ยนอวัยวะ โรคข้อรูมาตอยด์ หรือ ผู้ที่มีภาวะภูมิคุ้มกันทำงานมากกว่าปกติซึ่งต้องได้รับยากดภูมิ ทั้งการรับประทาน การฉีด การพ่นจมูก รวมทั้งยาป้ายที่ผิวหนังบริเวณต่าง ๆ โดยเฉพาะใบหน้าหรือรอบดวงตา

โดยทั่วไปยากลุ่มสเตียรอยด์ จะใช้สำหรับรักษาโรคภูมิแพ้ หรือแก้คันระคายเคืองต่างๆ การได้รับยาเพื่อรักษาอาการเหล่านี้จึงต้องสงสัยว่าอาจมีส่วนผสมของสเตียรอยด์ ดังนั้นควรถามจักษุแพทย์หรือเภสัชกรผู้จ่ายยาให้แน่ใจว่าสามารถใช้ได้อย่างปลอดภัย

ที่สำคัญ การใช้ยาทุกชนิดควรอ่านเอกสารกำกับยาเพื่อศึกษาข้อบ่งใช้ และผลข้างเคียงยาที่ขึ้นต้นหรือลงท้ายด้วยคำว่า เด็กซ์ (Dex) มักมีส่วนผสมของสเตียรอยด์

เด็ก ๆ มีโอกาสเป็นโรคต้อหินหรือไม่ และจากสาเหตุใด และรักษาได้หรือไม่ อย่างไร

สำหรับเด็กก็สามารถเป็นต้อหินได้เช่นกัน แต่พบได้ไม่บ่อยนัก อาจเป็นต้อหินตั้งแต่แรกเกิดที่ไม่ทราบสาเหตุแน่ชัด หรือเกิดจากภาวะทางตาอื่นๆ รวมทั้งการใช้ยากลุ่มสเตียรอยด์ ที่มักใช้ในการรักษาโรคภูมิแพ้ หรือหอบหืด การรักษาต้อหินในเด็กก็เหมือนกับในผู้ใหญ่ ต่างกันที่ต้อหินในเด็กมักไม่ตอบสนองต่อการรักษา อาจจำเป็นต้องได้รับการผ่าตัด

โรคต้อหิน ป้องกันและรักษาได้หรือไม่

ต้อหินชนิดปฐมภูมิไม่สามารถป้องกันได้ แต่สามารถตรวจรักษาได้ตั้งแต่วัยแรก ก็จะสามารถตาบอดได้ ส่วนต้อหินชนิดทุติยภูมิสามารถป้องกันได้ โดยหลีกเลี่ยงสาเหตุ เช่น ระวังการใช้ยาสเตียรอยด์ การคุมเบาหวานไม่ให้ขึ้นตา เป็นต้น

หลักการรักษาโรคต้อหินโดยการลดความดันตาเป็นวิธีรักษาที่ผลดีที่สุดในปัจจุบัน ประกอบด้วย

- การใช้ยา ซึ่งมีทั้งยาหยอด ยารับประทาน และยาฉีด
- การใช้แสงเลเซอร์
- การผ่าตัด

การใช้ยาหยอดตารักษาต้อหินเป็นการรักษาเบื้องต้นที่ดีที่สุด เพราะสะดวก ปลอดภัย และมีประสิทธิภาพ แต่ผู้ป่วยจำเป็นต้องใช้ยาหยอดตาทุกวัน ไปตลอดชีวิต ปัจจุบันมียาหยอดตา รักษาโรคต้อหินหลายชนิดโดยผู้ป่วยอาจเริ่มใช้ยาเพียงชนิดเดียวก่อน หากยังไม่สามารถควบคุมโรคไว้ได้ ก็อาจใช้ยาหยอดตาหลายชนิดร่วมกัน (แต่ต้องได้รับการตรวจวินิจฉัยและสั่งยาจากจักษุแพทย์เท่านั้น)

ในกรณีที่จำเป็นต้องใช้แสงเลเซอร์ จักษุแพทย์จะพิจารณาเป็นรายๆ และเมื่อการรักษาด้วยยาหรือเลเซอร์ไม่ได้ผลจึงจะพิจารณาทำผ่าตัด

อย่างไรก็ตาม การรักษาโรคต้อหินไม่ได้ทำให้การมองเห็นที่เสียไปกลับคืนมาได้ แต่สามารถป้องกันไม่ให้ตาบอดได้ ดังนั้นผู้ที่เป็นต้อหินสมควรได้รับการรักษาโดยเร็วจะดีที่สุด

ต้อหินเป็นโรคที่ทำให้ตาบอดถาวรได้ แต่การรักษาจะสามารถป้องกันไม่ให้ตาบอดได้ ซึ่งต้องได้รับความร่วมมืออย่างดีระหว่างผู้ป่วย และแพทย์ผู้รักษา เป็นที่น่าวิตกว่า ผู้ป่วยเกือบทั้งหมด มักจะตรวจพบโรคต้อหินโดยบังเอิญจากการตรวจดวงตาทั่วไป เพราะไม่มีอาการแสดงถึงความผิดปกติใด ๆ ดังนั้นจึงควรมารับการตรวจคัดกรองความเสี่ยงอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง โดยเฉพาะในผู้ที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป

และยิ่งถ้าในครอบครัวมีผู้เป็นโรคต้อหิน ก็จะมีความเสี่ยงมากขึ้นที่คุณอาจเป็นโรคนี้ ดังนั้นหากมีปัญหาทางตาควรรีบไปพบจักษุแพทย์ ไม่ควรซื้อยามารักษาเอง เพราะอาจมีอาการตาบอดจากต้อหินที่เกิดจากการใช้ยาหยอดตาที่มีส่วนผสมสเตียรอยด์ได้ ที่สำคัญอย่าลืมดูแลสุขภาพดวงตา ถนอมสายตาโดยการพักสายตา และสวมแว่นกันแดดเป็นประจำเมื่อออกแดดครับ

ดวงตา เป็นอวัยวะที่บอบบาง เราควรถนอมรักษาไว้ให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การใช้ยาใด ๆ กับดวงตา ไม่ควรอย่างเด็ดขาดที่จะตกลงใจซื้อมาใช้เอง เพราะอันตรายที่จะตามมาอาจทำให้คุณต้องสูญเสียการมองเห็นไปตลอดกาลครับ