

“จอตาเสื่อม” สัญญาณเตือนอายุที่มากขึ้น



ศูนย์ : ศูนย์จักษุ

หากคุณอายุ 50 ปีขึ้นไป และมีอาการดังนี้

- สูญเสียการมองเห็นฉับพลัน หรือเห็นเงาดำตรงกลางภาพ
- มองเห็นภาพบิดเบี้ยว มองเห็นภาพไม่ชัด หรือเลือนราง
- มีพฤติกรรมสับสนหรือเป็นประจำ

รู้ไว้ คุณอาจมีความเสี่ยงเป็น “โรคจอตาเสื่อม” ได้

โรคจอตาเสื่อม คืออะไร?

โรคจอตาเสื่อม หรือที่จักษุแพทย์มักเรียกสั้นๆ ว่า เอเอ็มดี (Age-related macular degeneration:AMD) คือภาวะที่จอตาส่วนกลางเสื่อมสภาพลงตามอายุที่เพิ่มขึ้น โดยมักเกิดกับคนที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป ที่น่ากังวลก็คือโรคนี้มักไม่แสดงอาการแต่หากปล่อยไว้นานโรคลุกลามไป อาจทำให้ผู้ป่วยสูญเสียการมองเห็นส่วนกลางได้

โรคจอตาเสื่อม แบ่งได้เป็น 2 ชนิด คือ

1. จอตาเสื่อมชนิดแห้ง

โรคจอตาเสื่อมชนิดแห้ง (Dry AMD) พบมากถึงร้อยละ 85-90 ของผู้ป่วยโรคจอตาเสื่อมทั้งหมด แต่เป็นสาเหตุของการสูญเสียการมองเห็นในระดับรุนแรงหรือตาบอดเพียงร้อยละ 10-15

ลักษณะการเกิดคือ การเสื่อมตามวัยที่จะส่งผลให้สารประกอบไขมันและโปรตีนที่ชั้นลึกของจอตาสะสมตัวจนเกิดจุดเหลืองกระจายอยู่ทั่วจอตา โดยเฉพาะบริเวณจอตาส่วนกลาง

อาการในระยะแรกมักยังสังเกตความเปลี่ยนแปลงได้ไม่ชัดเจน แต่เมื่อเข้าสู่ระยะกลาง จุดเหลืองเล็กๆ มักรวมกลุ่มกัน และสุดท้ายทำให้ระดับการมองเห็นแยลง เริ่มมองเห็นภาพบิดเบี้ยว ไม่คมชัด

ในกรณีของโรคจอตาเสื่อมชนิดแห้ง

ปัจจุบันการรักษายังให้ผลได้ไม่น่าพอใจนักเพราะทำได้เพียงลดความเสี่ยงการเกิดจอตาฝ่อโดยใช้ยากลุ่มวิตามินและสารต้านอนุมูลอิสระ วิตามินดี และสังกะสี เป็นต้น

2.จอตาเสื่อมชนิดเปียก

โรคจอตาเสื่อมชนิดเปียก (Wet AMD) พบได้ประมาณร้อยละ 10-15 ของผู้ป่วยจอตาเสื่อมตามวัยทั้งหมด แต่เป็นสาเหตุหลักและทำให้เกิดการสูญเสียการมองเห็นรุนแรงหรือตาบอดได้มากถึงร้อยละ 85-90 ที่เดียว

ลักษณะสำคัญของโรคจอตาเสื่อมชนิดเปียกนี้คือ เกิดเส้นเลือดงอกใหม่ผิดปกติใต้จอตา (Choroidal neovascular membrane) ซึ่งอาจทำให้มีเลือดออก หรือเกิดสารนำรั่วซึมออกมาซึ่งที่ชั้นใต้จอตาจนส่งผลให้ตาบอดได้ในที่สุด

ปัจจุบัน การรักษาโรคจอตาเสื่อมชนิดเปียกให้ผลเป็นที่น่าพอใจ เนื่องจากการทำลายเส้นเลือดงอกใหม่ผิดปกติใต้จอตาสารเคมี การเลเซอร์ วิธีการโฟโตไดนามิก (Photodynamic therapy:PDT) แต่วิธีที่แพร่หลายและได้ผลการรักษาดีที่สุดในปัจจุบันซึ่งสามารถทำให้เส้นเลือดงอกใหม่ฝ่อและเพิ่มระดับการมองเห็นได้

ตรวจเช็คความเสี่ยง! คุณมีโอกาสเป็นโรคจอตาเสื่อมหรือไม่

อย่างที่กล่าวไปแล้วว่า นอกจาก "อายุ" แล้ว ยังมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ที่ทำให้คุณหรือคนที่คุณรักมีโอกาสเป็นโรคนี้มากขึ้น ได้แก่

- **การสูบบุหรี่** : สามารถเพิ่มปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคได้ถึง 2 เท่า
- **เชื้อชาติ** : โรคนี้พบบ่อยในกลุ่มคนยุโรป และคนแอฟริกา ในขณะที่ชาวเอเชียพบได้น้อยกว่า
- **พันธุกรรม** : ผู้ที่มีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคนี้มักมีโอกาสเกิดโรคได้สูงกว่า
- **ปัจจัยด้านร่างกาย** : คนที่มีปัญหาทางกาย เช่น น้ำหนักเกิน หรือมีภาวะสายตาวอกก็เพิ่มโอกาสการเป็นโรคนี้เช่นกัน

หากพบว่าคุณมีปัจจัยเสี่ยงดังกล่าว อีกทั้งมีอาการที่ทำให้สงสัยว่ามีภาวะจอตาเสื่อม เช่น ตามัวบริเวณตรงกลาง หรือมองเห็นเส้นเลือดดำที่จอประสาทตาอุดตัน ภาวะพังผืดที่จอประสาทตา ติดตามผลการรักษาโรคต้อหินในระยะยาวได้อย่างละเอียด

การตรวจสุขภาพตาด้วยเครื่อง OCT (Optical coherence tomography)

เป็นเทคโนโลยีวินิจฉัยจอประสาทตาและชั้นประสาทตา สามารถวินิจฉัยโรคจอประสาทตาอื่นๆ เช่น โรคเบาหวาน จอประสาทตาเสื่อม เส้นเลือดดำที่จอประสาทตาอุดตัน ภาวะพังผืดที่จอประสาทตา ติดตามผลการรักษาโรคต้อหินในระยะยาวได้อย่างละเอียด

การตรวจด้วยเครื่อง OCT ไม่ก่อให้เกิดความเจ็บปวด ไม่ต้องฉีดยาและสามารถดูเส้นเลือดในตาโดยไม่ต้องฉีดสี ตรวจง่าย

การเตรียมตัวเมื่อมาพบจักษุแพทย์

1. ควรเตรียมแว่นสายตาที่ใช้ในชีวิตประจำวันไปด้วย เพื่อจักษุแพทย์จะสามารถประเมินระดับการมองเห็นได้อย่างแม่นยำ
2. ไม่ควรมาคนเดียว เนื่องจากในการตรวจจอตาต้องมีการใช้เครื่องมือพิเศษ จักษุแพทย์ต้องขยಾಮ่านตาด้วยการหยอดยา ผลให้ตามัวต่อเนื่องประมาณ 4-6 ชั่วโมง จึงไม่ควรขับรถหรือเดินทางกลับโดยลำพัง
3. กรณีที่จำเป็นต้องมีการตรวจพิเศษด้วยการฉีดสี หากผู้ป่วยมีประวัติแพ้สารทึบรังสี หรือเป็นโรคไต ควรแจ้งให้จักษุแพทย์ทราบ