



"พ่อแม่ควรพาลูกมาตรวจตาเมื่อไหร่ดี"



บทความโดย

นายแพทย์วรัศภรณ์ พลอยประสิทธิ์

เรียบเรียง นศพ.ณิชาธิ์ ศรีงาม

ราชวิทยาลัยจักษุแพทย์แห่งประเทศไทย



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



tmc.or.th

"พ่อแม่ควรพาลูกมาตรวจตาเมื่อไหร่ดี"

พัฒนาการของการมองเห็นตามช่วงวัย

* แรกคลอด *

มองเห็นแสงได้ แต่ยังไม่เห็นภาพตรงกลางชัดเจน
เห็นแค่ภาพด้านข้าง 2-3 อาทิตย์หลังจะเห็นได้มากขึ้น

* 1 เดือน *

เห็นแสงสว่างและวัตถุสีมากขึ้น

* 2-4 เดือน *

เริ่มจ้องมองวัตถุ มองตามวัตถุเคลื่อนไหวได้ อาจมีตาเขชั่วคราว
จากการประสานของกล้ามเนื้อตายังไม่สมบูรณ์

* 5-8 เดือน *

เห็นภาพสามมิติ มองใกล้ไกลได้ จำหน้าพ่อแม่ได้

* 9-12 เดือน *

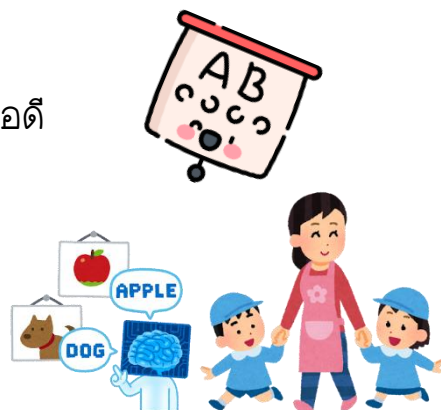
ตามองเห็นใกล้เคียงกับผู้ใหญ่

* 3-4 ปี *

การทำงานประสานของตาและมือดี

* วัยเข้าโรงเรียน *

จำตัวอักษร ท่องจำได้



* ถ้าเด็กคลอดก่อนกำหนด จะนับพัฒนาการช้าลงตามจำนวนวันและเดือนที่คลอดก่อนกำหนด เช่น ถ้าคลอดก่อนกำหนด 2 เดือน จะเริ่มนับพัฒนาการเทียบเท่าแรกคลอดหลัง 2 เดือนไปแล้ว



"พ่อแม่ควรพาลูกมาตรวจตาเมื่อไหร่ดี"

ควรตรวจคัดกรองตาเมื่อไหร่

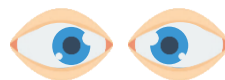
* ตั้งแต่แรกคลอด *

หมอบุญจะตรวจคัดกรองการสะท้อนแสงของตา การกระพริบตา และม่านตา ถ้าพบความผิดปกติจะส่งต่อหมอบตา



* 6-12 เดือน *

ตรวจคัดกรองตาเหล่ ตาเข



* ช่วงก่อนเข้าเรียน ช่วงอายุ 3-4 ปี *

ตรวจคัดกรองค่าสายตา สายตาสั้น ยาว เอียง ตาเหล่ตาเข

ช่วงก่อนเข้าเรียน หากตรวจตาไม่มีความผิดปกติ แนะนำยังคงต้องตรวจตาทุกปี เพราะเด็กสมัยใหม่ใช้เวลาหน้าจอมาก อาจสายตาสั้นได้



* ใช้เวลาตรวจประมาณ 15-20 นาทีต่อเคส แต่ถ้าหมอบตาสงสัยเพิ่มเติม อาจจะต้องหยอดขยายม่านตา ดูจอตาและขั้วประสาทตา ใช้เวลาตรวจประมาณ 1 ชั่วโมง



โรคทางกรรมพันธุ์ถ้าพ่อแม่มี ควรพาลูกมาตรวจกับหมอบตา

ตาขี้เกียจ ตาเหล่ ตาเข มะเร็งในลูกตา ต้อกระจก ต้อหิน

โรคพวกนี้ อาจถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้ควรนำลูกไปตรวจกับหมอบตา



การวัดค่าสายตาในเด็ก

* แรกคลอด * มองตามวัตถุหรือแสงไฟได้ไหม



* ก่อนเข้าเรียน * ดูรูปภาพชี้จับคู่ได้ไหม



* เด็กโต * อ่านตัวเลข ตัวอักษรได้



* การวัดสายตาสั้น บาว จะไม่เหมือนผู้ใหญ่ จากเด็กมีการเพ่งตาค่อนข้างเยอะ ค่าสายตาอาจไม่แม่นยำ ต้องใช้ยานหยอดขยายม่านตา เพื่อคลายกล้ามเนื้อตา จะช่วยให้ได้ค่าแม่นยำกว่า ดังนั้น การวัดสายตาในเด็กควรพาไปหาหมอบตาดีกว่า





"พ่อแม่ควรพาลูกมาตรวจตาเมื่อไหร่ดี"

ตาบอดสี เริ่มตรวจในเด็กเลบใหม่



เริ่มตรวจตอนชั้นประถมจากสามารถอ่านตัวเลข 2 หลักได้ โรคนี้มักพบในผู้ชาย ถ่ายทอดทางพันธุกรรม เป็นโรคที่สังเกตเองไม่ได้ ต้องรับการตรวจคัดกรอง



ตรวจสามมิติ

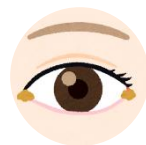
เริ่มตรวจได้ตั้งแต่ตอนอายุ 2-3 ปี

การมองเห็น 3 มิติ จำเป็นต่อการเรียนต่อในบางอาชีพ อาจสามารถแก้ไขได้ ถ้าตรวจได้ตั้งแต่เด็ก ๆ ถ้าอายุมากแล้วอาจรักษาได้ยากขึ้น

ปัญหาทางตาที่พ่อแม่ไม่ควรเพิกเฉย ควรพามาพบหมอตาทันที



- 1 กระพริบตา ขี้ตา แสดงถึงภาวะภูมิแพ้ขึ้นตา หรืออาจขี้ตาจากสายตาสั้นได้
- 2 มีจุดสีที่ตาขาว เช่นสีแดงแสดงถึงภาวะเลือดออกมีเส้นเลือดเปราะบาง แต่ส่วนใหญ่ไม่ค่อยเป็นอันตรายต่อการมองเห็นของเด็ก จุดสีน้ำตาลที่ตาขาวซึ่งอาจเป็นปาน หรือเม็ดสีที่ผิดปกติ
- 3 ม่านตาขยายใหญ่ อาจมีความผิดปกติของระบบประสาท
- 4 จุดดำลอยไปมา จากน้ำวุ้นลูกตาเสื่อม
- 5 ขัดตาไม่สบายตาช่วงเปลี่ยนฤดู อาจมีขี้ตา ตาแดงตามมาได้ ซึ่งอาจเกิดจากการติดเชื้อ
- 6 ตาปิดไม่สนิทตอนนอน อาจทำให้กระจกตามีลอยถลอก ต้องใช้น้ำตาเทียมช่วย
- 7 มีคราบขี้ตา เปลือกตาอักเสบ หรือน้ำตาไหลเอ่อจากท่อน้ำตาอุดตัน
- 8 ตาเหล่ ตาเข
- 9 เด็กเอียงคอ ปิดตาข้างเดียว
- 10 ตาไม่จ้องมองตามวัตถุ ตากระตุก กลอกไปมา นานเกินอายุ 4 เดือนควรไปตรวจ
- 11 หนังตาตกในเด็กต้องรีบพามา เพราะอาจทำให้เกิดภาวะตาซีเกียงตามมา อาจต้องผ่าตัดเพื่อดึงหนังตาขึ้น





"พ่อแม่ควรพาลูกมาตรวจตาเมื่อไหร่ดี"



ตาขี้เกียจ

เกิดจากการพัฒนาการของการมองเห็นที่ผิดปกติไปในเด็ก ทำให้การมองเห็นไม่พัฒนาเท่าที่ควร เกิดจากได้หลายสาเหตุ เช่น ตาเหล่ ตาเข ต้อกระจกแต่กำเนิด กระจกตาหรือตาดำมีฝ้ารอยแผลเป็น หรือสายตาสั้น ยาว เอียง ที่ต่างกัน 2 ข้างมากๆ เป็นต้น



ต้อหินในเด็ก สังเกตได้ใน 3 เรื่องได้แก่

1. น้ำตาไหล 2. แพ้แสง
3. ตากระตุกและกระจกตาใหญ่กว่าปกติ ต้องพามาพบหมอตา



ต้อกระจกในเด็ก เกิดได้จากหลายปัจจัย



1. ตั้งแต่แรกคลอด จากติดเชื้อไวรัส หัด หรือพวากลุ่มโรคซินโดรมต่าง ๆ ในเด็ก
2. เกิดขึ้นตามมาภายหลัง จากติดเชื้ออักเสบนัยน์ตา ทานยาสเตียรอยด์เป็นประจำ หรืออุบัติเหตุทางตา



ตาเหล่เข้ยม

เกิดจากเนื้อห้วตาเด็กกว้างไป หมอตตรวจได้แสงตกกลางม่านตาปกติ ไม่ได้มีภาวะตาเขจริง สามารถตรวจติดตามและผ่าตัดได้

สังเกตว่าลูกสายตาสั้นได้อย่างไร

1. ชอบทำกิจกรรมมองใกล้ เช่น จ้องเกมใกล้ๆ จอ และเด็กจะหมดความสนใจไปได้ง่าย
2. อ่านหนังสือข้ามบรรทัดไป หรือไม่ชอบอ่านหนังสือ
3. เวลาวาดรูป หรือเขียนหนังสือชอบหันหัวด้านข้าง



ป้องกันสายตาสั้น

กิจกรรมกลางแจ้ง วึ่งเล่น ลดเวลาหน้าจอ ช่วง 1 ขวบ ไม่แนะนำให้หน้าจอเลย 2 ขวบ ให้ใช้แค่จำเป็น ในเด็กโต ถ้ามีภาวะสมาธิสั้น อาจจะต้องลดจำนวนชั่วโมงการใช้หน้าจอลง

