****

**รพ.เมตตา ฯ แนะนำควรตรวจดวงตาอย่างสม่ำเสมอ!**

**รพ.เมตตาประชารักษ์(วัดไร่ขิง)** แนะนำการดูแลสุขภาพดวงตาเป็นเรื่องที่ไม่ควรละเลย  ควรตรวจสุขภาพดวงตาและ วัดค่าสายตาเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้งเพื่อค้นหาความผิดปกติของดวงตาและประสิทธิภาพของการมองเห็น การดูแลสุขภาพดวงตาที่ยั่งยืนจะช่วยให้มีการมองเห็นที่ชัดเจนยืนยาว ชะลออายุดวงตาไม่ให้เสื่อมสภาพก่อนวัยอันควร

**นายแพทย์ไพโรจน์ สุรัชวนิช รองอธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า ดวงตาเป็นอวัยวะหนึ่งที่มีความสำคัญ การมีดวงตา และสายตาที่ปกติทำให้ประกอบภารกิจประจำวันทั้งเรื่องส่วนตัวและการงานได้อย่างครบถ้วน มีชีวิตที่เป็นสุข สุขภาพจิตดี ครอบครัวมีความสุข อย่างไรก็ตามพบว่าโรคตาหลายชนิดมักเกิดจากโรคซึ่งรักษาได้หากมารับการรักษาตั้งแต่แรกเริ่ม ดังนั้น การตรวจตาจึงเป็นสิ่งจำเป็น แม้ยังไม่มีอาการผิดปกติใด ๆ ทำให้ได้รับการวินิจฉัยโรคตาที่ไม่มีอาการเตือนได้แต่เนิ่น ๆ และได้การรักษาที่เหมาะสม**

**นายแพทย์อาคม ชัยวีระวัฒนะ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง) กล่าวว่า** ดวงตาเป็นอวัยวะสำคัญที่ละเอียดอ่อนที่ถูกกระทบได้ง่ายจากการสัมผัสโดยตรงกับฝุ่นละอองในอากาศ โดยเด็กและผู้ใหญ่ในช่วงอายุ 20-40 ปี เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาทางตาจากมลภาวะทางอากาศอีกทั้งพฤติกรรมการใช้ชีวิตของคนยุคนี้ที่ใช้สายตาในชีวิตประจำวันมากขึ้น ทั้งการทำงานที่หน้าจอคอมพิวเตอร์ การเพ่งจอมือถือ เล่นเกมส์ และการดูโทรทัศน์ทำให้ปัจจุบันพบผู้ที่มีปัญหาสายตาเข้ามาขอรับคำปรึกษาจากจักษุแพทย์จำนวนมากขึ้น **สำหรับประชาชนทั่วไป โดยเฉพาะกลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยงและผู้มีโรคประจำตัว ควรได้รับการตรวจสุขภาพดวงตาอย่างน้อยปีละครั้ง และหากมีอาการผิดปกติทางตา หรือมีปัญหาทางสายตา แนะนำควรพบจักษุแพทย์**

**แพทย์หญิงวรินทร์ สมิทธิเมธินทร์ นายแพทย์ชำนาญการ กล่าวเพิ่มว่า ในผู้มีอาการผิดปกติทางตา ควรไปพบจักษุแพทย์ทันทีที่มีอาการ แต่ถึงแม้ว่าจะไม่มีอาการผิดปกติก็ควรไปตรวจสุขภาพตาเช่นกันโดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงกลุ่มคนปกติ คือ เด็กแรกเกิด กุมารแพทย์จะตรวจร่างกายเป็นประจำ ช่วงอายุแรกเกิดถึง 5 ปี ควรได้รับการตรวจดวงตา ตรวจค่าสายตา ตรวจภาวะตาเข  และภาวะตา ขี้เกียจ** หากตรวจพบการรักษาจะได้ผลดี  ช่วงอายุ  6 – 20 ปี เป็นช่วงวัยเรียนชั้นประถม มัธยม และมหาวิทยาลัยมักมีภาวะสายตาผิดปกติอาจสายตาสั้น สายตายาว หรือสายตาเอียง ซึ่งควรได้รับการแก้ไข ในช่วงอายุ 20 – 39 ปี เป็นวัยเรียนต่อกับวัยทำงาน มักพบโรคตาที่สัมพันธ์กับการใช้งานตาเป็นเวลานาน เช่น ภาวะตาแห้ง เป็นต้น อุบัติเหตุทางตา ภาวะสายตาสั้น ยาว เอียง ที่สืบเนื่องมา ช่วงอายุตั้งแต่ 40ปีขึ้นไป จะเริ่มมีภาวะสายตายาวตามอายุ ช่วงอายุตั้งแต่ 60 ปี อาจพบภาวะต้อกระจก จุดรับภาพชัดเสื่อมตามอายุ ดังนั้นจึงควรได้รับการตรวจตาอย่างน้อย 1ครั้งต่อปี ส่วนกลุ่มคนที่มีปัจจัยเสี่ยง ควรตรวจตาอย่างเคร่งครัดตามคำแนะนำของจักษุแพทย์ ได้แก่ 1.เด็กคลอดก่อนกำหนดที่เข้าเกณฑ์ได้รับการตรวจตา 2.ผู้มีปัจจัยเสี่ยงของโรคต้อหิน เช่น มีประวัติต้อหินในครอบครัว 3.ผู้ป่วยเบาหวาน  4.ผู้มีปัจจัยเสี่ยงต่อจอตาฉีกขาดและหลุดลอก ได้แก่ เคยได้รับอุบัติเหตุทางตา สายตาสั้นมาก 5.ผู้มีโรคทางกายที่ต้องใช้ยาบางตัวต่อเนื่อง เช่นยารักษา วัณโรค ยารักษาโรคข้อ เป็นต้น ดังนั้นเมื่อมีอาการทางสายตา ไม่ว่าจะในช่วงอายุใด ควรรีบพบจักษุแพทย์เสมอ เพราะอาการทางสายตาเกิดได้จากหลายปัจจัยเสี่ยง และอาจมีโรคทางกายเป็นสาเหตุร่วมด้วยได้การพบจักษุแพทย์จะช่วยให้วินิจฉัยสาเหตุได้ถูกต้อง และได้รับการรักษาที่ถูกต้องทันท่วงที

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* -ขอขอบคุณ-

18 มีนาคม 2567