

คำแนะนำสำหรับการรักษาสายตาวตามอายุ

สายตาวตามอายุ (Prosbyopia) ในคนปกติที่อายุน้อยกว่า 40 ปี เลนส์ตายังสามารถปรับเปลี่ยนโฟกัสได้ชัด ทั้งใกล้และไกล แต่พออายุมากขึ้นความสามารถในการปรับโฟกัสจะลดลง ทำให้ต้องใส่แว่นช่วยในการอ่านหนังสือ หรือมองระยะใกล้ซึ่งต้องใช้กำลังโฟกัสมากแต่ยังสามารถมองไกลได้ดี อาการดังกล่าว เรียกว่า สายตาวตามอายุ นอกจาก แก้ไขได้โดยใช้แว่นตาแล้ว ปัจจุบันมีเทคโนโลยีการรักษาสายตาวตามอายุ ซึ่งเป็นวิธีการรักษาที่มีความปลอดภัยสูง มีผลข้างเคียงและอาการแทรกซ้อนน้อย ได้แก่ Near Vision Lasik , Near Vision CK และ Monovision

1. Near Vision LASIK เหมาะสมสำหรับผู้ที่ไม่มีปัญหาสายตาสั้นหรือเอียง มีเพียงปัญหาสายตาวตามอายุ เท่านั้น โดยทำให้ดวงตาข้างที่ไม่ถนัด (Non Dominant eye) มีภาวะสายตาสั้นเล็กน้อยสำหรับไว้มอง ระยะใกล้ส่วนดวงตาอีกข้างหนึ่งซึ่งเป็นตาที่ถนัด (Dominant eye) จะคงภาวะเดิมไว้เพื่อใช้มองระยะไกล การรักษาสายตาวตามอายุด้วยวิธีนี้ ใช้หลักการเดียวกันกับวิธี LASIK คือ การเปิดกระจกตาด้านนอก ออกแล้ว Excimer Laser สลายกระจกตาด้านในจนได้ความโค้งที่เหมาะสมที่ภาพจะตกตรงจอประสาทตาพอดีเพื่อการมองเห็นที่ชัดเจน จากนั้นจึงเปิดกระจกตาที่เปิดไว้ลงดังเดิม โดยไม่มีการเย็บแผลหรือฉีดยา กระจกตาจะสมานคืนสู่ปกติภายใน 24 ชั่วโมง
2. Near Vision CK (Conductive Keratoplasty) เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่มีปัญหาสายตาสั้นหรือเอียง มีเพียง ปัญหาสายตาวตามอายุเท่านั้น โดยจะทำให้ตาข้างหนึ่ง (Non Dominant eye) มีภาวะสายตาสั้นเล็กน้อย สำหรับไว้มองใกล้ส่วนตาข้างที่ถนัด (Dominant eye) จะยังคงภาวะเดิมไว้เพื่อใช้มองระยะไกลโดยการ รักษา โดยการรักษาสายตาวตามอายุด้วยวิธี Near Vision CK เป็นการใช้คลื่นวิทยุ (Radiofrequency) ปรับความโค้งของกระจกตาโดยไม่มีการสูญเสียเนื้อเยื่อกระจกตา คลื่นวิทยุจะถูกส่งผ่านเข้าไปในเนื้อเยื่อ กระจกตาเพื่อไปกระตุ้นและทำให้เกิดการหดตัวของเส้นใยคอลลาเจนของเนื้อเยื่อกระจกตาส่งผลให้ กระจกตาโค้งนูนมากขึ้น ทำให้มองเห็นใกล้ได้ดีขึ้น
3. Monovision เทคนิค คือการทำให้ตาข้างถนัด (Dominant eye) มองไกลชัดและอีกข้างหนึ่ง (Non Dominant eye) มองเห็นใกล้ชัด โดยใช้วิธี LASIK หรือ CK ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของสภาพตาคนไข้

ผู้ที่เหมาะสมกับการรักษาสายตายาวตามอายุ

1. ครรภ์อายุ 43 ปีขึ้นไป
2. มีสายตาคงที่หรือเปลี่ยนแปลงไม่เกิน 50 (0.5D) มาประมาณ 1 ปี
3. มีปัญหาในการมองใกล้ไม่ชัด
4. ผู้ที่ผ่านการทดสอบการจำลองการมองเห็นแบบ Near Vision ด้วยแว่นหรือคอนแทคเลนส์
5. ไม่มีอาการบาดเจ็บทางตาและโรคตาที่มีผลต่อการรักษา เช่น โรคต้อหิน , ต้อกระจก , สายตาสั้นเกียจ, จอประสาทตาเสื่อม , ตาแห้งอย่างรุนแรง เป็นต้น
6. ไม่มีโรคของกระจกตา เช่น กระจกตาโป่ง (Keratoconus)
7. ไม่มีโรคระบบภูมิคุ้มกัน (Auto-immune diseases) เช่น โรคไขข้ออักเสบ (Rheumatoid Arthritis) โรคภูมิแพ้ SLE (Systemic Lupus Erythematosus) เป็นต้น
8. ไม่มีโรคหรืออาการที่มีปัญหาต่อการสมานแผล เช่น Keloid , โรคเบาหวาน หรือผู้มีภาวะการสมานของแผลที่ผิดปกติ
9. ไม่อยู่ในระหว่างการตั้งครรภ์ หรือให้นมบุตร
10. ไม่ได้ใช้ฮอร์โมนต่าง ๆ เช่น Growth ฮอร์โมน เป็นต้น
11. ไม่อยู่ระหว่างใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจ

การเตรียมตัวก่อนและหลังสำหรับการรักษาสายตายาวตามอายุ

1. การศึกษาข้อมูล

ควรศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการรักษาสายตายาวตามอายุ รวมทั้งผลข้างเคียง และสอบถามข้อมูลอย่างละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล โทร 0-2639-3355 หรือ info@rumingimbel.com

2. การตรวจสายตอย่างละเอียดก่อนการรักษาสายตายาวตามอายุ

ผู้ที่สนใจรักษาสายตายาวตามอายุ จะได้รับการตรวจสายตาและสภาพตาอย่างละเอียด เพื่อเป็นข้อมูลให้จักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญใช้ในการวินิจฉัยความพร้อมของดวงตา และเลือกวิธีการรักษาที่เหมาะสมที่สุดสำหรับท่านเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับท่าน ทางศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล ได้จัดระบบการนัดหมายล่วงหน้าให้ท่านสามารถนัด วัน และเวลาที่สะดวกในการพบแพทย์ เพื่อขอรับการตรวจสภาพตาเบื้องต้น ตามวันและเวลาทำการ ดังนี้

จันทร์ – เสาร์	เวลา	08.00 – 19.00 น.
อาทิตย์	เวลา	08.00 – 17.30 น.
วันหยุดนักขัตฤกษ์	เวลา	08.00 – 16.00 น.

การเตรียมตัวก่อนการตรวจสายตา

1. ท่านที่ใส่คอนแทคเลนส์ กรุณาถอดใส่อย่างน้อย 7 วันก่อนวันตรวจสำหรับเลนส์ชนิดนิ่ม (Soft contact lens) และงดใส่อย่างน้อย 3 สัปดาห์ก่อนวันตรวจ สำหรับคอนแทคเลนส์แบบแข็ง (Hard contact lens) หรือคอนแทคเลนส์ชนิดกึ่งนิ่มกึ่งแข็ง (Gas permeable contact lens)
2. ในวันตรวจท่านไม่ควรขับรถกลับบ้าน เพราะในการตรวจประเมินสภาพตา แพทย์จะขยายม่านตาซึ่งทำให้การมองเห็นเปลี่ยนไป เนื่องจากตาจะรับแสงได้มากกว่าปกติ หลังการขยายม่านตาประมาณ 4-6 ชั่วโมง ท่านจะมองใกล้ไม่ชัด จึงไม่เหมาะกับการอ่านหนังสือ
3. การตรวจประเมินสภาพตาอย่างละเอียดใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนการตรวจสายตา

- จักษุแพทย์จะวัดความหนา ความโค้งของกระจกตา และทำแผนภูมิของกระจกตา เพื่อดูว่ากระจกตามีความหนา ความโค้งที่เหมาะสมสำหรับการรักษาหรือไม่
- จักษุแพทย์จะทำการลองแว่นตา หรือลองคอนแทคเลนส์ชั่วคราว เพื่อจำลองสภาพการมองเห็น
- จักษุแพทย์จะขยายม่านตาและตรวจสภาพตาอย่างละเอียด เพื่อให้มั่นใจว่าดวงตาอยู่ในสภาพที่แข็งแรงพอ ไม่มีโรคตาอื่น ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการรักษา เช่น โรคต้อหิน , โรคต้อกระจก และโรคเกี่ยวกับจอประสาทตา

เมื่อจักษุแพทย์วินิจฉัยว่าท่านสามารถรับการรักษาสายตาวตามอายุได้อย่างปลอดภัยแล้ว จักษุแพทย์จะทำการเลือกโปรแกรมการรักษาที่เหมาะสมที่สุดกับสภาพตาของท่าน ท่านสามารถนัดหมายวันและเวลาที่สะดวก โดยห้องผ่าตัดจะเปิดให้บริการในวันอังคาร , วันพุธ , วันศุกร์และวันเสาร์

3. การรักษาสายตาวตามอายุ

การรักษาสายตาวตามอายุ ควรทำหลังจากการประเมินสภาพตาอย่างละเอียดอย่างน้อย 1 วัน เนื่องจากในการตรวจสภาพตาจักษุแพทย์จะขยายม่านตาเพื่อตรวจจอประสาทตา ดังนั้นจึงต้องรอให้ม่านตาหดตัวกลับเข้าที่ก่อน ซึ่งโดยทั่วไปจะใช้เวลา 4 – 6 ชั่วโมง

การเตรียมตัวเพื่อรักษาสายตาวตามอายุ

1. ก่อนทำ LASIK งดใช้คอนแทคเลนส์ชนิดนิ่ม (Soft contact lens) อย่างน้อย 7 วัน และสำหรับคอนแทคเลนส์ชนิดแข็ง (Hard contact lens) หรือคอนแทคเลนส์ชนิดกึ่งแข็งกึ่งนิ่ม (Gas permeable contact lens) งดใช้อย่างน้อย 3 สัปดาห์
2. ในวันทำ LASIK งดใช้เครื่องสำอางบนใบหน้า และบริเวณรอบดวงตาทุกชนิด
3. งดฉีดสเปรย์โคลอยด์ และน้ำหอม เพราะจะทำให้การทำงานของแสงเลเซอร์ทำงานผิดปกติ
4. งดสวมเสื้อที่มีกระดุมหน้า หรือเสื้อคอกว้างเพราะการสวมเสื้อแบบสวมศีรษะ หรือเสื้อคอกลมแบบคับ ๆ อาจทำให้กดครูดตาหลังการทำผ่าตัดได้
5. รับประทานอาหารได้ตามปกติ
6. ควรทำความเข้าใจถึงการใช้จ่าย และการปฏิบัติตัวหลังการผ่าตัดอย่างละเอียด
7. ควรมีญาติหรือเพื่อนพากลับหลังผ่าตัด

การปฏิบัติตัวหลังการรักษาสายตาวตามอายุ

1. ควรปิดฝาครอบตา (Eye shield) ก่อนนอนทุกครั้งเป็นเวลา 7 วัน เพื่อป้องกันการขยี้ตาโดยบังเอิญในเวลาหลับ
2. ในช่วงสัปดาห์แรก ไม่ควรใช้สายตาต่อเนื่องกันเป็นเวลานาน ๆ เพราะจะทำให้ระคายเคืองตามากขึ้น
3. ควรระวังไม่ให้น้ำเข้าตา และหลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีฝุ่นละอองหรือควันบุหรี่ เป็นเวลา 7 วัน
4. หลีกเลี่ยงการสวมเสื้อทางศีรษะ โดยเฉพาะเสื้อคอกลมที่คับ ๆ ประมาณ 1 สัปดาห์
5. ห้ามว่ายน้ำเป็นเวลา 2 สัปดาห์หลังทำ LASIK เพื่อป้องกันการติดเชื้อ สำหรับการว่ายน้ำทะเลหรือดำน้ำ ควรงดประมาณ 3 สัปดาห์
6. ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ อย่างไรก็ตามประมาณ 1 – 2 สัปดาห์แรก ควรงดการออกกำลังกายที่กระทบกระเทือนบริเวณตาและควรระวังไม่ให้เหงื่อเข้าตา
7. ควรสวมแว่นตากันแดดทุกครั้งเมื่อออกกลางแจ้งอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อป้องกันแสงแดด ลม และฝุ่นละออง
8. สามารถแต่งตาโดยใช้มาสคาร่า อายไลน์เนอร์ หรืออายแชโดว์ ได้หลังจากผ่าตัด 1 สัปดาห์

4. การตรวจติดตามผลหลังการรักษาสายตายาวตามอายุ

หลังการรักษาสายตายาวตามอายุ จักษุแพทย์จะนัดตรวจเพื่อติดตามดูความเรียบร้อยของสภาพดวงตา และวัดค่าสายตาของท่านจำนวน 6 ครั้ง คือ 1 วัน , 1 สัปดาห์ , 1 เดือน , 3 เดือน , 6 เดือน และ 1 ปี เพื่อให้มั่นใจว่าผลการรักษาสายตาของท่านเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และให้ท่านได้รับความพึงพอใจสูงสุด

ศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล มีครบทุกทางในการรักษาสายตา เพื่อการรักษาสายตาที่เหมาะสมที่สุดกับลักษณะเฉพาะของดวงตาแต่ละดวง และให้ผลการรักษาที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ได้แก่ วิธี LASIK , PRK , LASEK , เลนส์เสริม , เลนส์แก้วตาเทียม และสายตายาวตามอายุ สนใจปรึกษาการรักษาสายตาสั้น ยาวเอียง และนัดหมายตรวจสายตาล่วงหน้าได้ที่

ศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล

ชั้น 2 โรงพยาบาลจักษุ รัตนิน ถนนสุขุมวิท 21

แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

E-mail ; info@rutningimble.com

www.rutningimble.com