

โรคจอประสาทตาเสื่อม : ตอนที่ 1

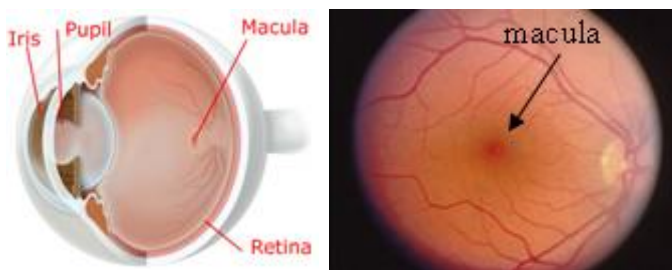
โดย แพทย์หญิง อรทัย สุวรรณพิมลกุล จักษุแพทย์

โรคจอประสาทตาเสื่อม (age - related macular degeneration ; AMD) เป็นโรคที่อาจรู้จักกันไม่มากนักในคนไทย แต่เป็นโรคทางตาที่สำคัญมากโรคหนึ่ง เพราะทำให้สูญเสียการมองเห็นได้อย่างถาวร โดยทั่วไปโรคนี้นักพบในผู้ที่มียุ 50 ปีขึ้นไป สาเหตุของการสูญเสียการมองเห็นเกิดจากความเสื่อมที่บริเวณจุดศูนย์กลางของจอประสาทตา (macula) ความผิดปกติของการมองเห็นที่เกิดขึ้น ได้แก่ มองเห็นภาพไม่ชัด เห็นเส้นตรงกลายเป็นคลื่นหรือบิดเบี้ยว หรือมีจุดดำ ๆ ตรงกลางภาพ



โรคจอประสาทตาเสื่อมเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ และยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด แต่การทราบถึงปัจจัยเสี่ยง อาการที่เกิดขึ้น อาจช่วยให้วินิจฉัยโรคได้เร็วขึ้นและได้รับการรักษาตั้งแต่ระยะแรก

จุดศูนย์กลางของจอประสาทตา คือ อะไร ?



ภาพแสดงจุดศูนย์กลางหรือจุดรับภาพตรงกลางของจอประสาทตา (macula) และภาพทางขวาเป็นลักษณะของจุดรับภาพที่ผิดปกติ บริเวณนี้เป็นพื้นที่ที่มีความไวต่อแสงมาก ทำหน้าที่เกี่ยวกับการมองเห็นภาพตรงกลางของลานสายตา ให้รายละเอียด และความชัดเจนของภาพที่เรามองเห็นมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับบริเวณอื่นของจอประสาทตา นอกจากนี้ยังมีความสำคัญต่อการมองเห็นภาพสี หากมีพยาธิสภาพเกิดขึ้นที่จุดนี้ การมองเห็นภาพตรงกลางของลานสายตาจะเปลี่ยนไป

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคจอประสาทตาเสื่อม

- อายุที่มากขึ้น
- เชื้อชาติ โดยมักพบในคนผิวขาว อย่างไรก็ตามในคนไทยโรคนี้นักพบได้ไม่น้อยเช่นกัน
- การสูบบุหรี่

ความดันโลหิตสูง
ไขมันคลอเรสเตอรอลในเลือดสูง
สายตารับแสงอาทิตย์โดยตรง

โรคจอประสาทตาเสื่อมซึ่งมีความผิดปกติที่ macula แบ่งได้ 2 ชนิด คือ

non - exudative (dry AMD)
exudative (wet AMD)

Non - exudative (dry AMD)

ความผิดปกติในกลุ่มนี้พบได้ประมาณ 85 % ของผู้ป่วย AMD ทั้งหมด กลุ่มนี้จะมีการดำเนิน ของโรคอย่างช้า ๆ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่ม wet AMD แต่ในรายที่เป็นรุนแรงก็ทำให้สูญเสียการมองเห็นได้อย่างมาก พยาธิสภาพที่เกิดขึ้นเกิดจากการสะสมของสารของเสียที่เกิดขึ้นในชั้นจอประสาทตา เห็นเป็นลักษณะจุดเหลือง ๆ ที่บริเวณจุดรับภาพตรงกลางของจอประสาทตา เรียกว่า “ drusen ”

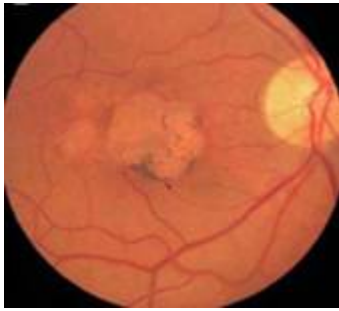


ภาพแสดงการสะสมของสารของเสียที่บริเวณใต้ชั้นจอประสาทตาเห็นเป็นจุดเหลือง ๆ หรือ drusen

การเกิดของ drusen จำนวนมากทำให้การไหลเวียนของเลือดที่ชั้นจอประสาทตา โดยเฉพาะบริเวณจุดรับภาพตรงกลางผิดปกติไป การทำงานของเซลล์บริเวณนี้จึงมีการเสื่อมสภาพ และตายไปในที่สุด บริเวณที่มีการเสื่อมอาจมีตั้งแต่จุดเสื่อมเล็ก ไม่มีผลต่อการมองเห็นนัก จนถึงระยะรุนแรงคือ มีการเสื่อมเป็นบริเวณกว้าง เรียกว่า “ geographic atrophy ” ซึ่งทำให้การมองเห็นเสียได้อย่างถาวร



ภาพแสดง drusen ร่วมกับมีบริเวณที่เสื่อมของจุดรับภาพ เห็นเป็นบริเวณกระดำกระด่าง



ภาพแสดงจุดรับภาพตรงกลางมีการเสื่อม ที่เรียกว่า “ geographic atrophy ”

อาการที่พบ : มองเห็นชัดบ้างมัวบ้าง ความชัดของภาพที่เห็นลดลง อ่านหนังสือลำบาก การแยกการมองเห็นสีลำบาก ภาพบิดเบี้ยว ความสว่างของภาพเปลี่ยนไป และจุดดำตรงกลางภาพ



การรักษาภาวะ dry AMD

ต้องยอมรับว่าการป้องกันเป็นวิธีการที่ดีที่สุด เนื่องจากภาวะ dry AMD ไม่มีการรักษาเมื่อเกิดพยาธิสภาพขึ้นแล้ว การศึกษาที่ผ่านมาพบว่าในรายที่เป็น dry AMD ในตาข้างหนึ่งแล้ว การรับประทานสารพวก antioxidant ซึ่งประกอบด้วย vitamin A , vitamin E , zinc และ lutein อาจช่วยป้องกันการเกิดโรคในตาอีกข้างหนึ่งได้ นอกจากนี้การพยายามลดปัจจัยเสี่ยงที่เราควบคุมได้ อาจช่วยลดโอกาสการเกิดภาวะนี้ได้ ซึ่งได้แก่

- หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่รวมถึงการอยู่ใกล้ชิดกับคนที่สูบบุหรี่
- หลีกเลี่ยงแสงแดดจ้า และใส่แว่นกันแดดที่สามารถกรองรังสียูวีหากต้องเผชิญกับภาวะที่มีแสงแดดจัด
- รับประทานอาหารให้สมดุลทั้ง 5 หมู่ รวมถึงผักใบเขียว
- ตรวจสอบสุขภาพกายและสุขภาพตาอย่างสม่ำเสมอ

ในบทความต่อไปจะกล่าวถึงรายละเอียดของโรค wet AMD ซึ่งเป็นโรคจอประสาทตาเสื่อมชนิดที่ทำให้การมองเห็นเสียได้อย่างรวดเร็ว

