

เตลีทีวีส์

ฉบับที่ 25,045 วันพุธที่ 9 พฤษภาคม พ.ศ. 2561 หน้า 22



รศ.นพ.ศักดิ์ชัย วงศ์กิตติรักษ์



สลายต้อกระจก 'ดนตรีบำบัด' คลายกังวล

หนึ่ง ในโรคตาที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุ "ต้อกระจก" โรคที่มีสัญญาณบ่งบอกโดยหากเริ่มมีอาการตามัว มองไม่ชัดเหมือนมีฝ้าหมอกขาวคั่นง อย่าวางใจ!

รศ.นพ.ศักดิ์ชัย วงศ์กิตติรักษ์ หัวหน้าศูนย์ตาโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ หัวหน้าทีมประดิษฐ์นวัตกรรมดนตรีบำบัดเพื่อลดความกังวลและความรู้สึกเจ็บในการผ่าตัดสลายต้อกระจก และประธานวิชาการราชวิทยาลัยจักษุแพทย์แห่งประเทศไทยให้ความรู้ ว่า โรคต้อกระจกเป็นภาวะที่เกิดการขุ่น หรือเสื่อมสภาพของเลนส์แก้วตาของมนุษย์ โดยอาจเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุและอาจเป็นมาตั้งแต่กำเนิดก็ได้ อย่างเช่น คุณแม่ตั้งครรภ์เป็นหัดเยอรมัน หรือผู้ที่เกิดอุบัติเหตุรุนแรงกับดวงตา ผู้ป่วยเบาหวาน ฯลฯ

แต่อย่างไรก็ตามสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดคือ ต้อกระจกจากอายุ โดยหลังจากใช้เลนส์แก้วตาไปประมาณ 50-60 ปี อายุที่เพิ่มขึ้นเลนส์แก้วตาก็จะเพิ่มความขุ่นมากขึ้นไปเรื่อย ๆ

"ในผู้สูงอายุโดยเฉลี่ยอายุประมาณ 50-60 ปีมักพบต้อกระจก แต่จะเป็นมากหรือน้อย จะมีความแตกต่างกัน ทั้งนี้หลายปัจจัยที่จะกระตุ้นให้เกิดโรคต้อกระจกได้เร็วขึ้น โดยหากผู้สูงอายุที่มีโรคเบาหวานและการคุมโรคไม่ดีพอ ก็จะทำให้เลนส์ตาเสื่อมสภาพเร็วขึ้น ส่งผลให้เป็นต้อกระจกได้เร็วขึ้น อีกทั้งอีกสาเหตุที่มีการศึกษาพบว่า แสงอัลตราไวโอเล็ตเป็นสาเหตุเช่นกัน"

การดูแลสุขภาพดวงตาเพื่อชะลอการเกิดโรคต้อกระจก หากมีโรคประจำตัว อย่างเช่น เบาหวาน ควรคุมโรคให้ดี หรือหากต้องทำงานเผชิญกับแดดแรง แสงจ้ามาก ๆ ควรใช้แว่น หมวกหรือสวมแว่นกันแดดก็จะช่วยป้องกันดวงตา รวมถึงโรคต้อกระจกที่จะเกิดขึ้นได้

"โรคต้อกระจก หากปล่อยเนิ่นนานกระทั่งต้อกระจกสุก เลนส์ตาขาวขุ่นไปหมด นอกจากการมองเห็นที่ลดน้อยลง ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ยังมีโอกาสทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนอื่น ๆ ตามมา โดยโรคที่สำคัญคือ โรคต้อหิน และแม้จะรักษาต้อกระจกแล้วก็ไม่สามารถกลับมามองเห็นตามปกติได้ จึงไม่ควรรอให้ต้อกระจกสุก"

เทคโนโลยีการรักษาปัจจุบันมีความก้าวหน้ามาก โดยปัจจุบันใช้เทคโนโลยีคลื่นเสียงความถี่สูงหรืออัลตราซาวด์สลายต้อกระจก โดยเปิดแผลที่ขอบตาดำประมาณ 2-3 มิลลิเมตร เพื่อสลายต้อกระจกแล้วจึงใส่แก้วตาเทียม แต่อย่างไรก็ตามก็

ยังคงใช้วิธีการลอกหรือผ่าตัดกระจก กรณีที่ต้อกระจกสุกไม่อาจใช้วิธีสลายได้

อย่างไรก็ตามขณะการรักษามีความจำเป็นต้องให้ผู้ป่วยรู้สึกตัว แพทย์ต้องการได้รับความร่วมมือจากคนไข้ อย่างเช่น การลืมตาขณะทำการสลายต้อ ฯลฯ ซึ่งอาจทำให้คนไข้มีความรู้สึกกังวล ที่ผ่านมามีทีมจักษุแพทย์ศูนย์ตาธรรมศาสตร์ร่วมกับนักประพันธ์เพลงชาวเยอรมันคิดค้น **"ดนตรีบำบัดเพื่อลดความกังวลและความรู้สึกเจ็บในการผ่าตัดสลายต้อกระจก"** ได้สำเร็จ โดยได้รับรางวัลเหรียญทองการประกวดนวัตกรรมระดับโลกที่ประเทศสวีเดนเซอร์แลนด์ ซึ่งดนตรีบรรเลงที่นำมาใช้มีลักษณะเฉพาะ และมีจังหวะสม่ำเสมอ

จากแนวคิดนวัตกรรมดังกล่าวยังส่งต่อความรู้ นำไปใช้ในการแพทย์ด้านอื่นได้ อาทิ ขณะทำฟัน ซึ่งจะช่วยให้คนไข้คลายความรู้สึกกังวล ส่งผลต่อการรักษาได้ดีขึ้น รวมถึงกรณีการผ่าตัดเล็ก ฯลฯ โดยอาจดีไซน์เพลงอื่น ๆ เพิ่มโดยมี

แนวคิดจาก นวัตกรรมฯนี้เป็นต้นทาง



ก่อนต้องเผชิญกับโรคต้อกระจก คุณหมอศักดิ์ชัยทิ้งท้าย การดูแลสุขภาพตา อีกว่า ไม่ควรละเลย หากพบความผิดปกติเกิดขึ้น ในผู้สูงอายุควรได้รับการตรวจสุขภาพตาอย่างน้อยปีละครั้ง เพื่อเฝ้าระวังโรคตา ขณะที่วัยทำงานหรืออายุที่มากกว่า 40 ปีขึ้นไปควรได้รับการตรวจสุขภาพตาเช่นเดียวกัน

นอกจากนี้ ควรตรวจเช็กการมองเห็นของตนเองและคนในครอบครัว ซึ่งทำได้โดยใช้ตัวอักษรที่มีขนาดต่างกัน ติดไว้ในระยะ 6 เมตร ใช้มีมับงดาที่ละข้างอ่าน ทดสอบการมองเห็น นำผลการทดสอบเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ ในครอบครัวว่ามีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร หากใครคนใดคนหนึ่งมองเห็นน้อยกว่าคนอื่น หรือตาข้างใดข้างหนึ่งมองเห็นได้น้อยกว่าอีกข้างหนึ่ง ไม่ควรวางใจ ควรรีบพบจักษุแพทย์เพื่อเข้ารับการรักษาทันท่วงที ทั้งยังถนอมดวงตาเพื่อไม่ให้เสื่อมถอยไปก่อนเวลาอันควร.