

# ตาแดง...สัญญาณเตือนภัยใกล้ตัว

นศก. ประพัทธ์ เก่งอ้นตานนท์

นักศึกษาฝึกปฏิบัติงานคลังข้อมูลฯ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

หากถามถึงอาการเจ็บป่วยที่พบได้บ่อย และแทบทุกๆ คนเคยมีอาการมาก่อน“อาการตาแดง” น่าจะเป็นหนึ่งชื่อที่อยู่ในคำตอบ เนื่องจากเป็นอาการเจ็บป่วยที่พบได้บ่อยมาก และมีหลายระดับความรุนแรง สามารถพบได้ในทุกช่วงอายุ และสาเหตุของโรคก็มีหลายสาเหตุเช่นกัน แต่ถ้าหากเราลงมองลึกลงไป ในรายละเอียด จะพบว่าผู้ป่วยส่วนมากเมื่อมีอาการตาแดง มักจะปล่อยไว้ให้หายเองโดยไม่ทำการรักษา หรือบางคนก็นายาหยอดตาที่มีอยู่มากมายซึ่งอาจจะถูกหรือผิดก็ได้

อาการตาแดงเป็นสัญญาณของโรคได้หลากหลาย<sup>1</sup> มีทั้งระดับไม่อันตราย เช่น เยื่อบุตาอักเสบ (conjunctivitis) จากเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรีย และระดับอันตราย เช่น หลอดเลือดในตาแตก (Burst blood vessel) ซึ่งควรต้องไปโรงพยาบาล เนื่องจากโรคเยื่อบุตาอักเสบพบได้บ่อยและคนที่ ัวไปยังไม่เข้าใจเกี่ยวกับโรคนี้ บทความนี้จึงขอแนะนำเกี่ยวกับการใช้ยารักษาโรคและวิธีปฏิบัติตัวให้ถูกต้องในการดูแลจัดการโรค อาการของโรค<sup>2</sup>

Conjunctivitis เป็นโรคที่มีการอักเสบของเยื่อบุตา มีการบวมหรือแดง บริเวณตาขาวและอาจมีอาการร่วมอื่นๆ ที่มีความสำคัญ เพราะใช้ในการวิเคราะห์สาเหตุของโรคเช่น อาการคัน มีน้ำตาไหลมาก มีขี้ตามากขึ้น สีขาวหรือสีเขียวย อาการเป็นทั้งสองข้างหรือเป็นที่ละข้างสามารถบ่งบอกสาเหตุที่แตกต่างได้เช่นกัน

ส่วนอาการที่เป็นสัญญาณอันตรายที่จำเป็นต้องไปพบหมอเมื่อมีอาการตาแดง คืออาการร่วมกับอาการปวดตา มองแสงจ้าไม่ได้ ตามัว อาการเหล่านี้อาจนำไปสู่โรคที่ร้ายแรง เช่น เปลือกตาอักเสบ กระจกตาถลอก มีสิ่งแปลกปลอมในดวงตา เลือดออกใต้เยื่อตา กระจกตาอักเสบ ม่านตาอักเสบ หรือต้อหิน จึงจำเป็นต้องรีบไปพบแพทย์เพื่อทำการรักษา

## สาเหตุของโรค<sup>2</sup>

โรคเยื่อบุตาอักเสบ (Conjunctivitis) สามารถแยกได้หลายสาเหตุ มีทั้งจากการติดเชื้อและไม่ติดเชื้อ การติดเชื้อที่พบบ่อยที่สุดคือจากเชื้อไวรัส (Viral conjunctivitis) และรองลงมาเป็นการติดเชื้อแบคทีเรีย (Bacterial conjunctivitis) ส่วนที่ไม่ใช่การติดเชื้อจะเป็นอาการเนื่องจากภูมิแพ้ (Allergic conjunctivitis) ซึ่งสาเหตุที่ต้องแยกประเภทของโรคเนื่องจากการรักษาแต่ละประเภทไม่เหมือนกัน

### อาการและการรักษา<sup>3</sup>

เยื่อตาอักเสบจากเชื้อไวรัส (Viral conjunctivitis) เป็นประเภทที่พบบ่อยมากที่สุด อาการร่วมคือการมีน้ำตาหรือขี้ตาสีขาวหรือใส อาจมีอาการคันบ้าง มักติดต่อได้ง่ายผ่านหลายทาง เช่น การสัมผัสทางร่างกายกับผู้ติดเชื้อ การใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวร่วมกัน หรือ ติดเชื้อผ่านทางสระว่ายน้ำ อาการสามารถหายได้เองภายใน 1-2 สัปดาห์ ดังนั้นการรักษาจะเน้นการรักษาตามอาการ เช่น การประคบเย็น เพื่อลดอาการบวมแดง ใช้ยาหยอดตาที่มีส่วนผสมของยาหดหลอดเลือด (decongestants) เช่น phenylephrine, naphazoline, oxymethazoline, tetrahydrozoline หรือน้ำตาเทียมก็เพียงพอแล้วไม่จำเป็นต้องใช้ยาหยอดตาที่มีส่วนผสมของยาปฏิชีวนะ (antibiotic) หรือสเตียรอยด์ (steroid) สิ่งที่สำคัญคือการปฏิบัติตัวเพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อ หมั่นล้างมือและรักษาความสะอาดและไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น

เยื่อตาอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย (Bacterial conjunctivitis) อาการที่เด่นชัดคือมีขี้ตาสีเหลืองเขียวจำนวนมากกว่าปกติ อาจมีอาการเคืองตา ตาบวม เป็นข้างเดียวหรือสองข้างก็ได้พบการศึกษาที่ว่าผู้ป่วย 65% สามารถหายได้เองภายใน 2-5 วัน หรืออาจจะเป็นนานถึง 3-4 สัปดาห์แล้วสามารถหายได้เอง การใช้ยาหยอดตาที่มีส่วนผสมของยาปฏิชีวนะ (antibiotic) เช่น chloramphenicol, tetracycline, polymyxin, gramicidin, neomycin, aminoglycosides, fluoroquinolone เป็นต้น การใช้ยาเหล่านี้จะช่วยลดระยะเวลาของโรคได้ แต่ต้องเป็นยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมกับอาการของโรค

เยื่อตาอักเสบจากภูมิแพ้ (Allergic conjunctivitis) มักเป็นร่วมกับอาการภูมิแพ้ อาการโดยมากที่พบ เป็นอาการคันเป็นหลัก และมักจะเป็นพร้อมกันทั้งสองข้าง และมักจะมีอาการหลังจากได้รับสิ่งกระตุ้น เช่น เกสรดอกไม้ ฝุ่น รังแคสัตว์ ยา ควันบุนที่สูดดม อาจจะมีประวัติภูมิแพ้ร่วมด้วย วิธีการรักษาที่ดีที่สุดคือการหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้น และใช้น้ำตาเทียมหยอดตาเพื่อลดการระคายเคือง หรืออาจใช้ยาหยอดตาที่มีตัวยาแก้แพ้ (antihistamine) ด้วยก็ได้ หากมีอาการมาก เช่น pheniramine, pyrilamine หรือ antazoline ซึ่งสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป

การรักษาที่มีประสิทธิภาพนอกจากการใช้ยาให้ถูกต้องกับสาเหตุของโรคแล้ว การใช้ยาหยอดตาที่ถูกต้องก็เป็นส่วนที่สำคัญในการช่วยให้อาการหายเร็วยิ่งขึ้น ควรใช้ยาตามคำสั่งอย่างเคร่งครัด ไม่ควรใช้ยาที่หมดอายุเนื่องจากยาหยอดตาที่ ่วไปจะมีอายุเพียง 30 วันหลังจากเปิดใช้ และไม่ควรมองบ้วนน้ำตาหรือใช้ยาหยอดตาที่หมดอายุร่วมกับผู้อื่น เนื่องจากอาจเกิดการติดต่อกันได้ และสิ่งที่สำคัญอีกอย่างคือการรักษาความสะอาดของดวงตาและมือ หมั่นล้างมือบ่อยๆ และไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่นในขณะที่มีอาการของโรค เพื่อลดการแพร่กระจายของโรค และถ้าหากอาการไม่หายดีภายใน 7-10 วัน ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม

## เอกสารอ้างอิง

1. NHS choices information. Red eye. 2015 [cited 2017 Jan 13]. Available from: <http://www.nhs.uk/conditions/red-eye/Pages/Introduction.aspx>
2. Cronau H, Kankanala RR, Mauger T. Diagnosis and management of red eye in primary care. *Am Fam Physician*. 2010;81(2):137-44.
3. Azari AA, Barney NP. Conjunctivitis: a systematic review of diagnosis and treatment. *Jama*. 2013;310(16):1721-30.