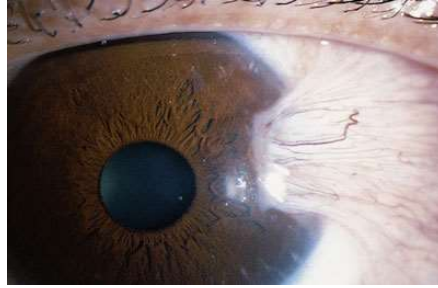


ต้อลมและต้อเนื้อ



อาจารย์ ดร. ภก. วสุ ศุภรัตน์สิทธิ

ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ต้อลม (pinguecula) และต้อเนื้อ (pterygium) เป็นปัญหาทางตาที่พบบ่อย ไม่มีอันตรายร้ายแรงถึงขั้นทำให้ตาบอดได้โดยตรง แต่มักก่อให้เกิดความรำคาญ เนื่องจากการระคายเคือง หรืออักเสบบริเวณที่มีการเกิดต้อขึ้น และหากต้อเนื้อนั้นลามเข้าไปถึงบริเวณรูม่านตา จะสามารถบดบังการมองเห็นได้

ต้อลม เป็นก้อนขนาดเล็กสีเหลืองขาว ที่ปกคลุมบริเวณตาขาว สามารถเกิดได้ทั้งบริเวณหัวตาและหางตาในลักษณะแนวนอน และมักเกิดขึ้นในตาทั้งสองข้าง หากก้อนนี้ลุกลามเข้าไปถึงบริเวณกระจกตา (ตาดำ) จะเรียกว่า ต้อเนื้อ โดยมีสาเหตุมาจากการเสื่อมของเส้นใยคอลลาเจน (degeneration of collagen fibers) บริเวณเยื่อตา ซึ่งปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ คือ การสัมผัสแสงแดดที่มีรังสีอัลตราไวโอเล็ต (ultraviolet) เป็นระยะเวลานาน ซึ่งเรียกการเสื่อมของเส้นใยคอลลาเจนในลักษณะนี้ว่า “elastotic degeneration of collagen” รวมถึงการสัมผัสฝุ่นและควันเป็นระยะเวลานานเช่นกัน ส่วนปัจจัยเสริม ได้แก่ เพศชาย ตาแห้ง ยีนที่เกี่ยวข้องทำงานผิดปกติ เช่น ยีนของ p53 tumor suppressor เป็นต้น

จากผลการศึกษาของ Singh และคณะปี ค.ศ. 2017 พบว่า ความชุกของการเกิดต้อเนื้อมักเกิดมากในประเทศกลุ่ม “pterygium belt” คืออยู่ตั้งแต่บริเวณเหนือเส้นศูนย์สูตร 30 องศาถึง 30 องศาใต้เส้นศูนย์สูตร ดังนั้นประเทศไทยซึ่งอยู่ในบริเวณเส้นศูนย์สูตรจึงพบปัญหาต้อเนื้อได้บ่อยเช่นกัน

อาการโดยทั่วไปของต้อลักษณะนี้จะทำให้ระคายเคืองตา อาจมีตาแดงบริเวณต้อหากมีอาการอักเสบเกิดขึ้น อาจทำให้การมองเห็นลดลงหากต้อเนื้อมีขนาดใหญ่จนบดบังบริเวณรูม่านตา และหากขนาดต้อเนื้อใหญ่มากอาจจะทำให้เกิดสายตาสั้นได้

การผ่าตัด หรือ “ลอก... ไม่ลอก” เป็นคำถามที่พบได้บ่อยในผู้ป่วย เนื่องจากต้อเนื้อทำให้เกิดการระคายเคืองมาก และทำให้ไม่สวยงาม ทั้งนี้การผ่าตัดต้อเนื้อหรือลอกจะขึ้นอยู่กับดุลพินิจของจักษุแพทย์ โดยมีข้อบ่งชี้ที่คนไข้จำเป็นต้องได้รับการผ่าตัด ดังนี้

1. เกิดภาวะสายตาสั้นจากต้อเนื้อโดยตรง
2. ต้อเนื้อทำให้บดบังการมองเห็น (เกิดการบดบังรูม่านตา)

3. ต้อเนื้อทำให้เกิดการติ่งรังจนไม่ผู้ป่วยสามารถรอกตาได้

ส่วนเหตุผลอื่นจะพิจารณาเป็นราย ๆ ไป เช่น ด้านความสวยงาม การเกิดการอักเสบซ้ำ ๆ เป็นต้น

หากไม่ผ่าตัดหรือลอกต้อเนื้อ ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้ ดังนี้

1. หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการลุกลามของต้อเนื้อ เช่น หลีกเลี่ยงบริเวณที่แดดจัด หรือกลางแจ้ง ซึ่งผู้ป่วยอาจสวมแว่นกันแดดในการป้องกันได้ รวมทั้งหลีกเลี่ยงฝุ่นและควัน
2. สังเกตต้อลมหรือต้อเนื้อของตนเอง หากมีอาการแดง อักเสบ ควรพบแพทย์เพื่อรับยาหยอดตา โดยส่วนใหญ่มักใช้กลุ่มยาที่ลดอาการแพ้และเพิ่มการหดตัวของหลอดเลือด เช่น ยาหยอดตาที่มีส่วนผสมของ antazoline และ tetrahydrozoline เป็นต้น อย่างไรก็ตามการใช้ยาหยอดตาควรอยู่ในการดูแลของแพทย์และเภสัชกร

สุดท้ายนี้หากมีปัญหาทางสายตา และกระทบการใช้ชีวิตประจำวัน รวมไปถึงการใช้ยาทุกครั้งควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ เช่น แพทย์ หรือเภสัชกร เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับท่านเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการใช้ยา และอย่าลืมว่า “มีปัญหาเรื่องยา ปรึกษาเภสัชกรนะครับ”

ภาพประกอบ จาก <https://www.aao.org/eye-health/diseases/pinguecula-pterygium-symptoms>

เอกสารอ้างอิง

1. American Academy of Ophthalmology. 2019. *2019-2020 BCSC: Basic and Clinical Science Course*. American Academy of Ophthalmology
2. Chumley, Heidi S, and Athena Andreadis. 2019. “Pterygium.” In *The Color Atlas and Synopsis of Family Medicine, 3e*, eds. Richard P Usatine, Mindy A Smith, Jr. Mayeaux E.J., and Heidi S Chumley. New York, NY: McGraw-Hill Education.
3. Yanoff, M, and Jay S Duker. 2018. *Ophthalmology E-Book*. Elsevier Health Sciences.
4. Riordan-Eva, Paul. 2019. “Disorders of the Eyes & Lids.” In *Current Medical Diagnosis & Treatment 2019*, eds. Maxine A Papadakis, Stephen J McPhee, and Michael W Rabow. New York, NY: McGraw-Hill Education.
5. Singh, Sanjay Kumar. 2017. “Pterygium: Epidemiology Prevention and Treatment.” *Community eye health* 30(99): S5–6.
6. Walls, Ron M, Robert S Hockberger, and Marianne Gausche-Hill. 2017. *Rosen’s Emergency Medicine - Concepts and Clinical Practice E-Book*. Elsevier Health Sciences.