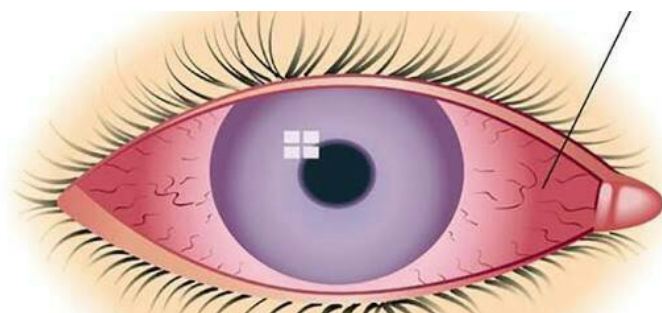






กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดนโยบายให้มีการเชื่อมโยงการจัดบริการระบบบริการปฐมวัยภูมิ ทุตติภูมิ ตติภูมิ ในรูปเครือข่ายและระบบส่งต่อแบบครบวงจรเบ็ดเสร็จในพื้นที่ให้มีประสิทธิภาพ ตามแผนการพัฒนาระบบบริการสุขภาพ Service Plan เพื่อให้สถานบริการสุขภาพในสังกัดกระทรวงสาธารณสุขสามารถจัดระบบบริการสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ และบรรลุตามแผนการพัฒนาเครือข่ายบริการสุขภาพ Service Plan กระทรวงสาธารณสุข ได้เห็นความสำคัญของการพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านสาธารณสุขรวมถึงเครือข่ายในชุมชน ซึ่งได้แก่ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

กระทรวงสาธารณสุข ได้แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาระบบเครือข่ายบริการสุขภาพ สาขาจักษุวิทยา ซึ่งมีหน้าที่กำหนดแนวทางการพัฒนาระบบบริการสาขาจักษุวิทยาของสถานบริการสุขภาพ สังกัดกระทรวงสาธารณสุข สำนักบริหารการสาธารณสุขร่วมกับโรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ จึงได้จัดทำคู่มือการดูแลโรคตาเบื้องต้น ซึ่งเน้นถึงความสำคัญของการตรวจตาทั้งในกลุ่มคนปกติและในกลุ่มเสี่ยง นอกจากนี้ยังให้ความสำคัญกับแพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในพื้นที่ในการตรวจคัดกรองโรคตาเบื้องต้น เริ่มตั้งแต่การซักประวัติ การวัดความสามารถในการมองเห็น การเตรียมอุปกรณ์และเครื่องมือ สรุปรายการ เพื่อการวินิจฉัยและแนวทางการรักษาพยาบาลเบื้องต้นและส่งต่อ

หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข เพื่อนำไปช่วยเพิ่มทักษะ และเป็นแนวทางในการดูแลรักษาโรคตา ตลอดจนส่งเสริมให้ความรู้ในการคัดกรองโรคตาเบื้องต้นอย่างง่ายแก่เครือข่ายในชุมชนได้



- | | |
|------------------------------|---|
| - ความหมายของ โรคตาแดง | 1 |
| - อาการของ โรคตาแดง | 2 |
| - วิธีการป้องกัน โรคตาแดง | 3 |
| - การรักษาของ โรคตาแดง | 4 |
| - ข้อแนะนำเมื่อเป็น โรคตาแดง | 5 |
| - อ้างอิง | |



โรคตาแดง เกิดขึ้นได้อย่างไร

“ดวงตาเป็นหน้าต่างของหัวใจ” ประโยคนี้แสดงให้เห็นว่าตาคู่สวยของเรานั้นสำคัญไฉน ลองนึกสภาพหากดวงตาของเรามีตบอด คงเป็นเรื่องที่ทำให้ใจได้ยาก ดังนั้น จึงเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องดูแลรักษาตาทั้งสองข้างให้อยู่กับเราไปนานๆ บทความนี้จะพูดถึงโรคร้ายใกล้ตัวที่เกิดขึ้นกับดวงตาแสนบอบบาง นั่นคือ “โรคตาแดง” ซึ่งเป็นโรคติดต่อที่อาจเกิดขึ้นกับเราหรือคนรอบข้างได้ง่ายๆ และเมื่อเป็นตาแดง รักษาได้อย่างไรมาดูกัน

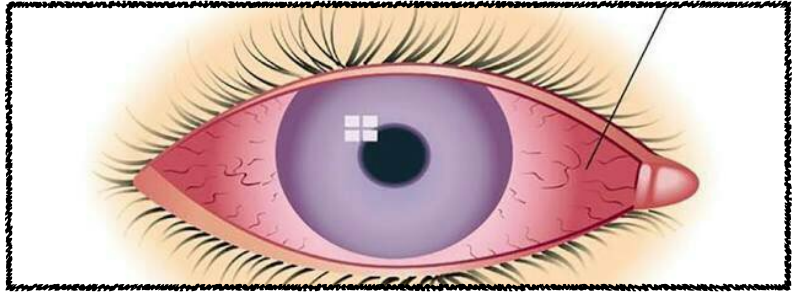


โรคตาแดง หมายถึงอาการของเยื่อบุตาอักเสบ ซึ่งเกิดจากการติดเชื้อไวรัส แบคทีเรีย หรืออาจเกิดจากโรคภูมิแพ้ โรคนี้ไม่ก่อให้เกิดอันตรายร้ายแรงถึงขั้นตาบอด แต่ก็สร้างความทุกข์ทรมานไปกับอาการปวด แสบ หรือคันตาได้ ทั้งนี้ มีข้อสังเกตคือเมื่อเป็นตาแดงจะต้องไม่มีอาการตามัวลง หากมีอาการตาแดงร่วมกับการมองเห็นลดลงหรือตามัว ให้ระวังว่าอาจเกิดจากโรคตาที่อันตราย ยิ่งถ้ามีอาการเช่นนี้แล้วมีขี้ตา เป็นไปได้ว่าอาจเกิดจากการเป็นหนองที่กระจกตาหรือติดเชื้อรุนแรงในลูกตา แต่ถ้าไม่มีขี้ตา อาจเกิดจากกระจกตาอักเสบหรือม่านตาอักเสบ ดังนั้น หากมีอาการดังกล่าวต้องรีบไปพบจักษุแพทย์

นอกจากนี้ ภาวะตาแดงอาจเกิดจากเลือดออกใต้เยื่อบุตาขาว เนื่องจากการแผลไปขยี้ตาแรงๆ เมื่อสังเกตในกระจกตอนตื่นนอน จึงทำให้ลักษณะตาเป็นปื้นสีแดงสดที่บริเวณตาขาว ลักษณะนี้ไม่มีอันตราย เลือดจะไม่เข้าตาดำ ไม่ทำให้ตามัว และไม่ติดต่อกัน อย่างไรก็ดี ควรหลีกเลี่ยงการใช้มือขยี้ตา เพราะสามารถนำไปการติดเชื้อที่ลูกตาได้ และหากเป็นตาแดงจากการขยี้ตาแรงๆ แนะนำให้ผ้าชุบน้ำอุ่นประคบตาวันละ 10 นาที เลือดจะค่อยๆ จาง และหายสนิทใน 10-14 วัน

อาการของโรคตาแดง

1. คันในลูกตา ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับเยื่อตาอักเสบจากการแพ้
2. รู้สึกเคืองตา บ่งบอกถึงภาวะตาแห้ง, มีสิ่งแปลกปลอมในตา, เปลือกตาอักเสบ
3. แสบตา แสดงถึงอาการของโรคที่เปลือกตา, เยื่อบุตาหรือแก้วตา
4. เป็นเม็ดหรือเจ็บบางจุด อาจเกิดจากฝุ่นที่เปลือกตา หรือกัวยิง
5. ปวดลูกตา อาจเป็นอาการของม่านตาอักเสบ แผลที่แก้วตา ต้อหิน เยื่อหุ้มลูกตาอักเสบ หรือการติดเชื้อรอบลูกตา
6. กลัวแสง หมายถึงตาสู้แสงไม่ได้จะเคืองตามาก เป็นอาการของม่านตาอักเสบ แผลที่แก้วตา หรือต้อหิน
7. น้ำตาไหล ลักษณะเป็นหยดน้ำตาใสๆ เกิดจาก เยื่อตาอักเสบเพราะเชื้อไวรัสหรือสารเคมี
8. ขี้ตาเป็นเมือก มักเกิดจากเยื่อบุตาอักเสบ เพราะการแพ้หรือการติดเชื้อแคลมมีเดีย
9. ขี้ตาเป็นหนอง เกิดจากเยื่อตาอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย แผลที่แก้วตา หรือการอักเสบรอบตา ตาแดงร่วมกับโรคของเปลือกตา



วิธีป้องกันโรคตาแดง

ป้องกันโรคตาแดงได้ง่ายๆ เพียงคุณใส่ใจ

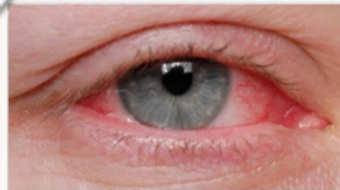


ไม่ขยี้ตา

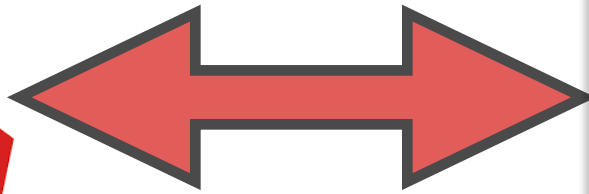
ล้างมือให้สะอาด

ไม่ใช้สิ่งของ
ร่วมกับคนอื่น

ถ้ามีอาการสงสัย
รีบพบแพทย์



การรักษาโรคตาแดง

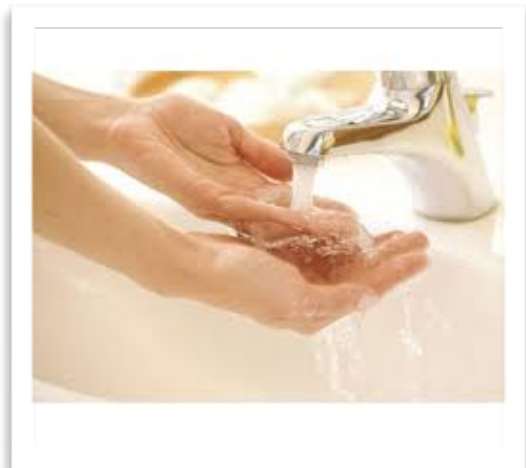
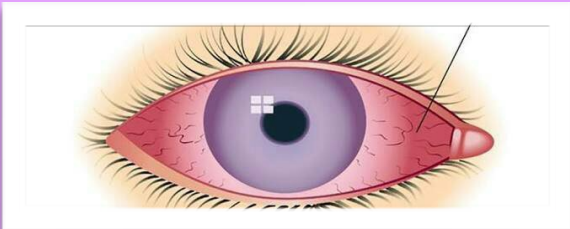


แม้ว่าโรคตาแดง อาการไม่รุนแรงจะสามารถหายเองได้
ใน 1-2 สัปดาห์ แต่การประคบเย็นที่ตาจะช่วยให้สบายตาขึ้น
หรือใช้ยาหยอดตากลุ่มยาต้านฮีสตามีน วันละ 3-4 ครั้ง อาการ
ระคายเคืองตาก็จะลดลง ถ้าเริ่มมีการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำ ให้หยอดยา
ปฏิชีวนะเช่นเดียวกับตาแดงที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียร่วมด้วย โดยเมื่อ
หยอดยา 2 ชนิดพร้อมกันจะต้องทิ้งช่วงห่างประมาณ 5 นาที ที่สำคัญไม่ควร
หยอดยาที่มีสเตียรอยด์ เพราะจะทำให้หายช้า และอาจมีการติดเชื้ออื่น
แทรกซ้อน

สำหรับโรคตาแดง อาการจากเชื้อปฏิชีวนะ ควรทำความสะอาดตา ขี้ตา
และใช้ยาหยอดตาที่มียาปฏิชีวนะวันละ 4 ครั้งจนไม่มีขี้ตา แต่ต้องระวังการ
แพ้ยา โดยหากมีอาการหนังตาบวมแดง ให้หยุดยาและรีบนำยามา
ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรว่าเกิดจากการแพ้ยาหรือไม่ ถ้าใช่ต้องจดจำ
ชื่อยาที่แพ้ไว้เพื่อเลี่ยงการหยอดตานั้นในครั้งต่อไป

ข้อแนะนำเมื่อเป็นตาแดง

1. หากเป็นตาแดง รักษายังไม่หาย ควรหยุดเรียนหรือหยุดงานรักษาตัวอยู่ที่บ้านอย่างน้อย 3 วัน เพื่อป้องกันไม่ให้โรคตาแดงลุกลามหรือติดต่อสู่คนอื่น
2. ควรใช้กระดาษทิชชูเช็ดหน้า เช็ดขี้ตา เพราะผ้าเช็ดหน้าจะเก็บสะสมเชื้อไว้และสามารถติดต่อไปยังผู้อื่นได้
3. หากใช้กระดาษหรือสำลีเช็ดขี้ตา เช็ดหน้าแล้ว ควรทิ้งในถังขยะที่มีดปิด
4. ควรใส่แว่นกันแดด เพื่อลดการระคายเคืองแสง
5. ไม่ควรใช้ผ้าปิดตา เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อมากขึ้น
6. งดใส่คอนแทคเลนส์ จนกว่าตาจะหายอักเสบ
7. ควรพักผ่อนให้เต็มที่ และพักการใช้สายตา
8. หมั่นรักษาความสะอาด ล้างมือทุกครั้งที่จับบริเวณใบหน้าและตา เนื่องจากโรคตาแดงจะติดต่อโดยการสัมผัสมากที่สุด การล้างมือจะช่วยตัดการแพร่กระจายเชื้อได้ดี



หนังสืออ้างอิง

กุสาวดี เมลืองนนท์.(2548). ยากับโรคตา หู คอ จมูก. กรุงเทพฯ : นิวไทยมิตร.

โกวิทย์ พฤษษานุศักดิ์ และธวัช ตันติสารศาสน์ บรรณาธิการ. ตา หู คอ จมูก
ผู้ป่วยนอกและฉุกเฉิน สำหรับแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป. กรุงเทพฯ โอ เอส พริ้นติ้ง
เฮาส์, 2546

ขวัญตา เกิดชูชื่น และ สุจินดา ริมศรีทอง. (2540). บรรณาธิการ. การพยาบาลจักษุ
วิทยา เล่ม 1. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ธรรมสาร.

ธนารักษ์ สุวรรณประพิศ. (2538). การตรวจรักษาโรคตาเบื้องต้น (พิมพ์ครั้งที่ 2)
เชียงใหม่ : โครงการตำราคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

แบบคัดกรองโรคตาแดง

1. ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ- สกุล.....วัน/เดือน/ปีเกิด.....

เลขประจำตัวประชาชน - - - -

อายุปี เพศ. ☒ ชาย ☒ หญิง

ที่อยู่ถาวร.....บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ชื่อหมู่บ้าน.....ซอย.....
ถนน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

2. อาการแสดง

อาการโรคตาแดง		
ตาแดงในลูกตา	☐ มี	☐ ไม่มี
มีขี้ตาเป็นหนอง	☐ มี	☐ ไม่มี
แสบตาที่เปลือกตา	☐ มี	☐ ไม่มี
คันในลูกตา	☐ มี	☐ ไม่มี
ปวดลูกตา	☐ มี	☐ ไม่มี

3. ปัจจัยเสี่ยง/พฤติกรรมเสี่ยง

อาศัยอยู่กับผู้ป่วยตาแดง	☐ มี	☐ ไม่มี
ใช้ของร่วมกัน	☐ มี	☐ ไม่มี

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจคัดกรอง
ตำแหน่ง.....
หน่วยงาน.....โทรศัพท์.....
วันที่เดือน.....พ.ศ.....



สมาชิกในกลุ่ม



1. นางสาวคอลลีเยาะ วาเล้ง
2. นางสาวชาริปะ สาหะ
3. นางเจ๊ะรอกาย๊ะ มะระ
4. นางรอยฮาน สลาดาโห้
5. นางอาอีเสาะ หะยีเจ๊ะแวง
6. นางสาวลัษณา สาเม๊าะ
7. นางสาววรรตะฮ์ วาจิ

รหัส 051

รหัส 080

รหัส 081

รหัส 082

รหัส 083

รหัส 094

รหัส 109

