บทที่ 11

เป็นสายตาสั้น จะทำเลสิค (LASIK) ดีหรือไม่

เลสิค คือการแก้ปัญหาสายตา โดยใช้แสงเลเซอร์ทำให้ความโค้งของผิวกระจกตาดำเปลี่ยนไป ผลทำให้สายตาเป็นปกติ เลสิคเหมาะสำหรับคนสายตาผิดปกติ เช่น สั้น เอียง ปัจจุบันเทคโนโลยีของเครื่องทำเลสิคพัฒนาขึ้นมาก ทำให้ผลการผ่าตัดแม่นยำ ภาวะแทรกซ้อนน้อย โดยปกติแล้วจะมีการปรึกษาพูดคุยระหว่างแพทย์กับผู้สนใจเป็นอย่างดีก่อน รวมทั้งตรวจตาว่าเหมาะสมที่จะทำเลสิคได้หรือไม่

ภาพแสดงการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก

ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก (LASIK) ส่วนใหญ่จะมีสายตาสั้นและสายตาเอียง ซึ่งเป็นสายตาที่ผิดปกติที่พบได้บ่อยที่สุด ผู้ป่วยที่มีสายตายาวและสายตาเอียงก็สามารถได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิกได้เช่นกัน แต่ผลการรักษาอาจไม่ดีเท่าผู้ป่วยที่มีสายตาสั้นและสายตาเอียง

ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิกส่วนใหญ่จะมีอายุระหว่าง 18 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นช่วงอายุที่สายตาคงที่ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงมากนัก ผู้ป่วยที่มีอายุน้อยกว่านี้อาจมีสายตาเปลี่ยนแปลงได้ในอนาคต ทำให้ผลการรักษาไม่แน่นอน

- ผู้ป่วยที่มีสายตาสั้นมากกว่า 12 ไดออปเตอร์ หรือสายตายาวมากกว่า 7 ไดออปเตอร์ ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากเนื้อกระจกตาที่เหลืออาจบางเกินไป ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้มาก
- ผู้ป่วยที่มีสายตาเอียงมากกว่า 6 ไดออปเตอร์ ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากผลการรักษาอาจไม่ดีเท่าที่ควร

ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวบางโรค เช่น โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง โรคเบาหวาน โรคลูปัส โรคข้ออักเสบรูมาตอยด์ ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากโรคเหล่านี้อาจส่งผลต่อการหายของแผลผ่าตัด ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่าย

ผู้ป่วยที่ตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากฮอร์โมนในร่างกายอาจส่งผลต่อการหายของแผลผ่าตัด ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่าย

ผู้ป่วยที่มีกระจกตาบางผิดปกติ เช่น กระจกตาโก่ง ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากเนื้อกระจกตาที่เหลืออาจบางเกินไป ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้มาก

ผู้ป่วยที่มีต้อกระจกในระยะเริ่มต้น ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากต้อกระจกอาจส่งผลต่อการมองเห็นในอนาคต ทำให้ผลการรักษาไม่แน่นอน

ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของการมองเห็นอื่นๆ เช่น ตาขี้เกียจ ตาเหล่ ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากความผิดปกติเหล่านี้อาจส่งผลต่อการมองเห็นในอนาคต ทำให้ผลการรักษาไม่แน่นอน

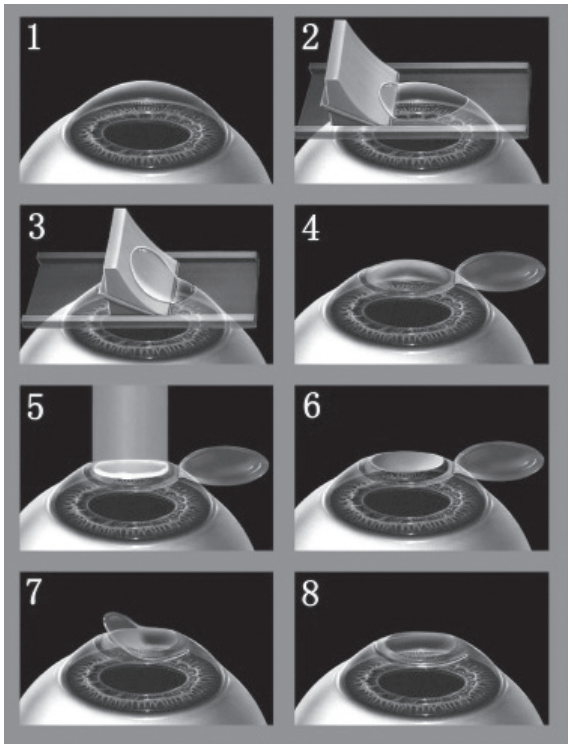
ผู้ป่วยที่มีความคาดหวังในผลการรักษาสูงเกินไป ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากผลการรักษาอาจไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง ทำให้เกิดความผิดหวังได้

ผู้ป่วยที่มีความเครียดสูง ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากความเครียดอาจส่งผลต่อการหายของแผลผ่าตัด ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่าย

ผู้ป่วยที่มีความวิตกกังวลสูง ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากความวิตกกังวลอาจส่งผลต่อการหายของแผลผ่าตัด ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่าย

ผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้มาก ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากความเสี่ยงเหล่านี้อาจส่งผลต่อการหายของแผลผ่าตัด ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่าย

ผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้มาก ไม่เหมาะที่จะได้รับการผ่าตัดแก้ไขสายตาด้วยเลเซอร์ชนิดลาสิก เนื่องจากความเสี่ยงเหล่านี้อาจส่งผลต่อการหายของแผลผ่าตัด ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่าย



รูปขั้นตอนการทำเลสิค

การผ่าตัดทำเอ็กไซเมอร์ (Excimer) เหมือนกับการทำเลสิค (Lasik) หรือไม่

การใช้เอ็กไซเมอร์เลเซอร์ เป็นวิธีการหนึ่งในกลุ่มการทำให้ความหนาของกระจกตาบางลง เพื่อแก้ไขภาวะสายตาผิดปกติที่นิยมมากที่สุดในปัจจุบัน โดยมีหลักการในการใช้แสงเลเซอร์ชนิด Excimer ยิงบริเวณกระจกตาในตำแหน่งที่ต้องการให้บางลง เพื่อลดการหักเหของแสงที่กระจกตา ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 วิธีคือ

1. วิธี Photo-refractive keratectomy (PRK) ทำโดยการยิงเลเซอร์ excimer ไปบนกระจกตาในบริเวณที่ต้องการ โดยไม่มีการใช้มีดฝานกระจกตาก่อนยิงเลเซอร์ สามารถทำได้ในผู้ที่มีสายตาสั้นไม่มาก แต่มีข้อเสียคือผู้ป่วยจะมีอาการเคืองตาหลังทำ

2. การทำเลสิค (Lasik = Laser in situ keratomileusis) จะมีการใช้มีดขนาดเล็กฝานกระจกตาบริเวณที่จะยิงเลเซอร์เปิดออกก่อน และยิงเลเซอร์ excimer ไปบริเวณที่ต้องการ แล้วจึงปิดฝากระจกตาที่ฝานไว้กลับที่เดิม ทำให้ไม่มีการสูญเสียผิวของกระจกตา ผู้ป่วยจึงไม่เคืองตา ทำให้วิธีนี้เป็นที่นิยมมากในปัจจุบัน

จะเห็นได้ว่า excimer เป็นชื่อของเลเซอร์ที่นิยมนำมาใช้ในการผ่าตัดแก้สายตาผิดปกติ ส่วน Lasik เป็นชื่อวิธีซึ่งนิยมทำในปัจจุบัน

ผู้ป่วยสายตาสั้นเท่าใด จึงจะเหมาะสมกับการทำเลสิค

สำหรับระดับสายตาผิดปกติที่เหมาะสมในการทำเลสิค คือสายตาสั้นน้อยกว่า 15.00 ไดออปเตอร์ (หรือที่เรียกทั่วไปว่าสายตาสั้น 1500) ขึ้นกับความหนาของกระจกตา ซึ่งจักษุแพทย์จะพิจารณาเป็นรายๆไป สายตาเอียงไม่เกิน 6.00 ไดออปเตอร์ หรือสายตายาวไม่เกิน 6.00 ไดออปเตอร์ (การใช้เลเซอร์แก้สายตายาวได้ผลน้อยกว่าการแก้สายตาสั้นหรือสายตาเอียง) ส่วนการทำ PRK จะทำในผู้ที่สายตาสั้นไม่เกิน 9.00 ไดออปเตอร์ สายตาเอียงไม่เกิน 6.00 ไดออปเตอร์ และสายตายาวไม่เกิน 4.00 ไดออปเตอร์

เครื่องเลเซอร์ excimer ที่มีใช้ในประเทศไทยขณะนี้ เหมือนกันหมดทุกที่หรือไม่ ควรทำที่ไหนดี

เครื่อง excimer มีการพัฒนามาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่รุ่นที่ 1 ซึ่งลำแสงเลเซอร์เป็นวงใหญ่ ทำให้ได้พื้นผิวกระจกตาไม่เรียบ รุ่นที่ 2 พัฒนาลำแสงเลเซอร์เป็นแถบบาง ทำให้กระจกตาเรียบขึ้น รุ่นที่ 3 แสงเลเซอร์เป็นจุดเล็กๆ จะทำให้กระจกตาเรียบและได้ผลแม่นยำมากขึ้น รุ่นที่ 4 มีการนำหลักการหน้าคลื่น (wavefront) มาใช้ในการวัดภาวะสายตาผิดปกติอย่างละเอียด เพื่อวางแผนในการยิงเลเซอร์ จึงให้ผลที่แม่นยำและลดภาวะการเห็นแสงสะท้อนรอบดวงไฟ ที่อาจพบได้ในผู้ป่วยหลังทำ excimer และรุ่นที่ 5 ซึ่งพัฒนาให้ใช้เวลาในการยิงเลเซอร์สั้นลงกว่ารุ่นที่ 4 ปัจจุบันในประเทศไทยมีเครื่อง excimer ทุกรุ่นขึ้นกับโรงพยาบาลแต่ละแห่ง

การพิจารณาทำที่ใดคงขึ้นกับหลายปัจจัยแล้วแต่ความสะดวกของผู้ป่วย เพราะปัจจุบันโรงพยาบาลของรัฐและโรงพยาบาลเอกชนขนาดใหญ่เกือบทุกแห่งมีให้บริการได้

ค่าใช้จ่ายในการทำแพงหรือไม่ ใช้สิทธิเบิกราชการได้เท่าใด

ค่าใช้จ่ายในการทำเลสิคในโรงพยาบาลของรัฐประมาณ 20,000 ถึง 35,000 บาทต่อข้าง หากทำพร้อมครั้งสองตาค่าใช้จ่ายประมาณ 40,000 ถึง 60,000 บาท ไม่สามารถเบิกราชการหรือใช้สิทธิประกันสังคมได้ และหากเป็นโรงพยาบาลเอกชน อาจมีค่าใช้จ่ายสูงขึ้นแล้วแต่โรงพยาบาล

ผู้มีอายุที่เริ่มอ่านหนังสือใกล้ไม่เห็น สามารถทำเลสิคได้หรือไม่

การทำเลสิคไม่สามารถแก้ภาวะสายตายาวในผู้สูงอายุ (presbyopia) ซึ่งจะมีปัญหาอ่านหนังสือระยะใกล้ไม่ชัด แต่อาจใช้เลเซอร์เพื่อให้ตาข้างหนึ่งเห็นภาพที่ระยะไกลชัด และตาอีกข้างหนึ่งเห็นภาพที่ระยะใกล้ชัด ขึ้นกับการพิจารณาร่วมกันระหว่างผู้ป่วยกับจักษุแพทย์

อันตรายหรือภาวะแทรกซ้อน ที่เกิดจากการทำเลสิคมีหรือไม่

ปัญหาหรือภาวะแทรกซ้อนที่อาจพบหลังการทำเลสิค เช่นการเห็นแสงสะท้อนบริเวณดวงไฟ (glare) พบได้ 3-40% ขึ้นกับขนาดรูม่านตาผู้ป่วยและขนาดบริเวณที่ยิงเลเซอร์ ซึ่งปัญหานี้มักหายไปในที่สุด, ปัญหาตาแห้ง พบได้ 3-60% แก้ไขโดยการใช้น้ำตาเทียม, ปัญหาการติดเชื้อพบน้อยเพียง 0.02-0.1%

หลังทำแล้ว จะไม่ต้องใส่แว่นไปตลอดชีวิตเลยได้หรือเปล่า

โดยทั่วไปจักษุแพทย์จะพยายามเลเซอร์ให้ผู้ป่วยไม่ต้องใส่แว่นอีก แต่ในระยะยาวหากมีสายตาเปลี่ยนแปลง หรือเกิดการซ่อมแซมตัวเองของกระจกตามาก อาจมีสายตาสั้นได้อีก โดยทั่วไปมักไม่มากเหมือนก่อนทำ และยังสามารถทำ excimer ซ้ำได้

แผ่นวัดสายตายาวด้วยตนเอง

วิธีใช้แผ่นวัดสายตายาวด้วยตนเอง

1. ถือภาพไว้ในระดับสายตา ระยะห่างจากตาเท่าที่ถนัดเหมือนอ่านหนังสือหรือทำคอมพิวเตอร์
2. ปิดตาทีละข้าง ลองอ่านแถวที่มีเลข 20/20 กำกับ ถ้าอ่านได้แสดงว่ายังไม่มีปัญหาสายตายาว
3. ถ้าต้องเพิ่มระยะห่างระหว่างภาพกับดวงตาจึงจะอ่านเลขแถว 20/20 ได้ แสดงว่าเริ่มมีปัญหาสายตายาว ควรใส่แว่นตาสำหรับมองใกล้
4. ถ้าเดิมไม่เคยมีปัญหาสายตาสั้น ยาวหรือเอียงอยู่ มักเริ่มมีปัญหาสายตายาว มองใกล้ไม่ชัด เมื่ออายุประมาณ 40 ปี ซึ่งการใช้แว่นมองใกล้ จะทำให้เห็นภาพชัดขึ้น, ไม่ปวดตาและศีรษะ