

รู้จัก...น้ำตาเทียม

นำเสนอเมื่อ : 1 ธ.ค. 2552

ภญ.อัมพร อยู่บาง เขียนบทความอธิบาย สรุปความว่า **น้ำตาเทียม (artificial tears)**

ใช้หล่อลื่นดวงตาเพื่อบรรเทาอาการตาแห้ง ที่จะมีอาการแสบตา ตาแดง เคืองตา รู้สึกแสบคัน บางครั้งมีขี้ตาเป็นเส้นๆ เมื่อถูกลืมตาก็มีอาการคันเป็นมากในช่วงบวดยุ่ เย็นๆ หรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ทำให้เกิดการระเหยง่าย เช่น แสงแดด ความร้อน ความชื้นต่ำ (ห้องปรับอากาศ) ควัน ลมแรง หรือใช้สายตาเป็นเวลานาน เช่น อ่านหนังสือ ทำงานหน้าจคอมพิวเตอร์ (เพราะต้องลืมตานาน ทำให้กระจกตาตลกลง) หากเป็นเรื้อรัง ขี้ตาเป็นเมือกติดแน่นที่กระจกตา ทำให้ผิวตาไม่เรียบ ติดเชื้อง่าย จะทำให้เกิดแผลถลอกไม่ได้รับการรักษาที่ดี จะทำให้แผลอักเสบถึงตามอดได้

น้ำตาเทียมต่างจากน้ำตาธรรมชาติ ดังนี้ น้ำตาธรรมชาติ ในภาวะปกติ น้ำตาสร้างมาจากต่อมน้ำตา ต่อมภายในเยื่อตา ต่อมบริเวณโคนขนตา ตลอดจนต่อมภายในหนังตา แต่ละต่อมสร้างน้ำตาต่างชนิดกัน โดยเรียงเป็น 3 ชั้น ชั้นนอกเป็นชั้นไขมัน มีหน้าที่ป้องกันการระเหยของน้ำ ชั้นกลางเป็นน้ำ เป็นชั้นที่หนาที่สุด เป็นตัวที่ให้อาหารและออกซิเจนหล่อเลี้ยงแกวตา ชั้นที่ชิดผิวตาเป็นชั้นเมือก มีหน้าที่ปรับสภาพของกระจกตา ทำให้น้ำตากระจายตัวได้อย่างรวดเร็วเวลากะพริบตา

น้ำตามีหน้าที่ให้ความชุ่มชื้นแก่กระจกตาและเยื่อตาขาว ปรับสภาพของกระจกตาให้เรียบ ทำให้เกิดการหักเหของแสงที่สม่ำเสมอ ทำให้มองเห็นชัด เจน ป้องกันการติดเชื้อของกระจกตา ระหว่างสิ่งแปลกปลอมเป็นแหล่งอาหารให้กับผิวดวงตา เนื่องจากกระจกตาเป็นอวัยวะที่ไม่มีหลอดเลือดมาเลี้ยง จึงต้องอาศัยออกซิเจนจากอากาศและน้ำตาที่เติมไปด้วยเกลือแร่ วิตามินเอ วิตามินอี สารต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งช่วยให้ผิว ดวงตาอยู่ในสภาพปกติ หากขาดสารเหล่านี้พื้นผิวดวงตาจะแห้งและหลุดลอกได้ง่าย

น้ำตาเทียมเป็นสารสังเคราะห์ที่ถูกผลิตขึ้นให้คุณสมบัติใกล้เคียงกับน้ำตาธรรมชาติมากที่สุด มีส่วนประกอบสำคัญ 4 ส่วน

1. hydrogel หรือ polymer ช่วยเพิ่มความหนืดให้น้ำตาเทียม เพื่อให้จับอยู่ที่กระจกตานานขึ้น เพิ่มความสบายและความชุ่มชื้นให้กระจกตา แต่ถ้าน้ำตาเทียมมีหุ่ใดมีความหนืดมากก็จะทำให้ระยะเวลาที่น้ำตาเทียมจับอยู่บนกระจกตานานขึ้น อาจทำให้มีอาการตามัว มองไม่ชัดหลังหยอดตาในระยะแรก

2. สารกันเสีย ช่วยให้น้ำตาเทียมคงสภาพได้นาน และป้องกันการเติบโตของจุลชีพ ที่อาจปนเปื้อนเข้าไปขณะหยอด ทำให้สามารถเก็บได้นานประมาณ 1 เดือนหลังจากเปิดขวด

3. บัฟเฟอร์ (buffer) เป็นส่วนผสมที่ช่วยปรับสมดุลขององค์ประกอบอื่นในน้ำตาเทียม ปรับความเป็นกรดด่างให้พอเหมาะ ช่วยคงสภาพของน้ำตาเทียม

4. ส่วนประกอบอื่นๆ เช่น glycine, magnesium chloride, sodium chloride, zinc, calcium chloride, sodium borate เพื่อให้น้ำตาเทียมมีคุณสมบัติใกล้เคียงกับน้ำตาธรรมชาติมากที่สุด

การใช้ น้ำตาเทียมไม่ก่อให้เกิดอันตรายหรือผลข้างเคียงต่อดวงตา ในรายที่ไวหรือแพ้สารกันเสีย ซึ่งมีอยู่ในยาหยอดตาทุกชนิดที่เป็นขวดใหญ่ ก็เลือกใช้น้ำตาเทียมที่ปราศจากสารกันเสียซึ่งบรรจุอยู่ในหลอดขนาดเล็กที่ใช้ได้วันต่อวัน อย่างไรก็ตาม หากมีอาการตาแห้ง การไปตรวจสุขภาพดวงตากับจักษุแพทย์อย่างละเอียดเป็นเรื่องจำเป็น ไม่ควรซื้อน้ำตาเทียมมาใช้เองเป็นเวลานานๆ โดยไม่หาสาเหตุที่แท้จริงของอาการตาแห้ง

ขอขอบคุณเนื้อหาข่าว คุณภาพดี โดย: หนังสือพิมพ์ข่าวสด