

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด  
บทความ

# เด็กตาแฉะ มีขี้ตาเยอะ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลตาแฉะในทารก

พ.ย. 19, 2024

5 นาที

ทารกเป็นช่วงวัยที่ร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ อาจเติบโตยังไม่เต็มที่ คุณแม่จึงต้องคอยดูแลลูกน้อยอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพดวงตาที่คุณแม่ไม่ควรมองข้าม หากคุณแม่เห็นว่าลูกน้อยมีอาการนำตาไหลตลอดเวลาอาจเป็นสัญญาณของเด็กตาแฉะ หรือที่เรียกว่า “ภาวะท่อน้ำตาอุดตัน” อาการเด็กตาแฉะมีอาการอย่างไร จะอันตรายกับลูกน้อยไหม? และมีวิธีดูแลลูกน้อยอย่างไร? วันนี้เรามาทำความรู้จักกับภาวะเด็กตาแฉะในทารกกัน

## คำถามที่พบบ่อย

ลูกมีน้ำตาคลอที่ตาข้างเดียวตลอดเวลาค่ะ ทั้งที่ไม่ได้ร้องไห้ แบบนี้เป็นอะไรไหมคะ?

คลิก

อาการนี้จะเป็นสัญญาณของภาวะ "ท่อน้ำตาอุดตัน" ซึ่งพบได้บ่อยมากในทารกแรกเกิดค่ะ เกิดจากเยื่อบางๆ ที่ปลายท่อน้ำตายังไม่เปิดออกอย่างสมบูรณ์ ทำให้มีน้ำตาเอ่อคลอหรือมีขี้ตาสีเหลืองๆ ที่หัวตาได้ค่ะ ส่วนใหญ่มักจะหายได้เองภายในขวบปีแรก แต่หากน้องมีอาการตาแดง อักเสบ หรือมีขี้ตาเยอะผิดปกติ ควรพาน้องไปพบแพทย์ทันทีเพื่อตรวจดูว่ามีการติดเชื้อหรือไม่ และเพื่อรับคำแนะนำในการนวดหัวตาที่ถูกต้องค่ะ

จะแยกได้อย่างไรคะว่าที่ลูกขี้ตาเยอะเป็นเพราะท่อน้ำตาอุดตันหรือเป็นตาแดงติดเชื้อ?

คลิก

เป็นคำถามที่ดีมากเลยคะ จุดสังเกตสำคัญคือ ถ้าเป็นท่อน้ำตาอุดตัน ส่วนของ "ตาขาว" มักจะยังดูปกติไม่แดงค่ะ และมักจะมีแค่ตาคลอกับขี้ตา แต่ถ้าเป็น "ตาแดงติดเชื้อ" (Conjunctivitis) บริเวณตาขาวจะแดงก้ำอย่างชัดเจน และอาจจะมีเปลือกตาบวมร่วมด้วยค่ะ แต่เนื่องจากอาการอาจจะคล้ายกันได้ในบางกรณี การให้คุณหมอเป็นผู้ตรวจวินิจฉัยจึงเป็นสิ่งที่คุณแม่ต้องและปลอดภัยที่สุดเสมอค่ะ

# หนูลองหวดหว่าตาให้ลูกตามที่คุณหมอแนะนำแล้ว แต่เขาร้องไห้จ้า เลยคะ ควรทำต่อไหมคะ?

คลิก

เข้าใจเลยคะว่าพอเห็นลูกร้องแล้วก็ใจไม่ดีเลย การหวดอาจจะทำให้หนูลงรู้สึกไม่สบายตัวได้บ้างคะ ลองเปลี่ยนมาทำตอนที่เขากำลังผ่อนคลาย เช่น หลังอาบน้ำอุ่น หรือตอนกำลังเคลิ้มๆ จะหลับตนะคะ และต้องแน่ใจว่าเราใช้แรงกดที่นุ่มนวลแต่หนักแน่นพอดี ไม่ใช่แค่ลูบเบาๆ ค่ะ แต่ถ้าหนูลงร้องไห้หนักมากทุกครั้งที่พยายามจะหวดหรือบริเวณหัวตาดูบวมแดงขึ้น ควรหยุดทำและปรึกษาคุณหมออีกครั้ง ท่านอาจจะมีเทคนิคอื่นแนะนำหรือพิจารณาแนวทางการรักษาขั้นต่อไปคะ

## สรุป

- อาการเด็กตาแฉะ เป็นอาการที่เด็กมีน้ำตาไหลออกมามากจนทำให้ลูกน้อยตาแฉะ ขี้ตาแฉะ หรือมีน้ำตาคลออยู่ตลอดเวลาทั้งที่เด็กไม่ได้ร้องไห้ พบมากในเด็กทารก โดยมักเกิดขึ้นกับเด็กทารกอายุ 1-2 เดือนหลังคลอด
- อาการเด็กตาแฉะ เกิดจากภาวะที่น้ำตาอุดตันเนื่องจากน้ำตาไม่สามารถระบายทางท่อน้ำตาได้ จึงเกิดอาการสะสมในถุงน้ำตาจำนวนมากทำให้ลูกน้อยตาแฉะขึ้นมา
- เมื่อพบว่าลูกน้อยมีอาการของเด็กตาแฉะ ให้คุณแม่ดูแลลูกน้อยเบื้องต้นด้วยวิธีการทำความสะอาดบริเวณเปลือกตาด้วยน้ำต้มสุกสะอาด เพื่อไม่ให้มีขี้ตามาเกาะบริเวณดวงตา เพราะอาจเกิดการหมักหมมจนนำไปสู่การติดเชื้อหรือมีการอักเสบขึ้นได้

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กตาแฉะ เกิดจากอะไรได้บ้าง
- เด็กตาแฉะ อาการเป็นแบบไหน
- ทำความรู้จัก ภาวะท่อน้ำตาอุดตันในเด็ก
- เด็กตาแฉะ หายเองได้ไหม
- วิธีดูแลตาแฉะในทารกในเบื้องต้น ที่พ่อแม่ทำเองได้
- เคล็ดลับับหวดตาให้ลูก บรรเทาอาการตาแฉะ
- เด็กตาแฉะและมีอาการร่วมแบบนี้ ควรรีบพาไปพบแพทย์

## เด็กตาแฉะ เกิดจากอะไรได้บ้าง

อาการเด็กตาแฉะที่พบบ่อยในเด็กทารก อาจเกิดจากพังผืดบริเวณท่อน้ำตาไม่เปิด ซึ่งเราเรียกว่าภาวะนี้ว่า “ภาวะท่อน้ำตาอุดตัน” อาการตาแฉะมักเกิดขึ้นกับเด็กทารกอายุ 1-2 เดือนหลังคลอด เนื่องจากช่วง 1-2 เดือนแรกต่อมน้ำตาของทารกยังไม่สามารถสร้างน้ำตาได้ โดยอาจเกิดจากท่อน้ำตาที่ต่อเข้ากับบริเวณจมูกเกิดภาวะผิดปกติ ทำให้ไม่สามารถเปิดเข้าสู่โพรงจมูกได้ เมื่อต่อม

น้ำตาที่สร้างออกมาเพื่อหล่อลื่นดวงตาไม่สามารถระบายได้ จึงเกิดการสะสมของน้ำตาในถุงน้ำตาจำนวนมากจนตาถูกน้อยและ

## เด็กตาแฉะ อาการเป็นแบบไหน

อาการเด็กตาแฉะ เป็นอาการที่เด็กมีน้ำตาไหลออกมามาก จนทำให้ลูกน้อยตาแฉะ ขี้ตาแฉะ หรือมีน้ำตาคลออยู่ตลอดเวลา ทั้งที่เด็กไม่ได้ร้องไห้ ในเด็กบางรายอาจมีอาการตาบวมแดงด้วย โดยอาจพบอาการตาแฉะที่เป็นข้างเดียวหรือสองข้างเลยก็ได้ ซึ่งอาการนี้พบได้บ่อยในเด็กทารก โดยอาการจะเป็น ๆ หาย ๆ จนถึงช่วงระยะเวลาหนึ่งอาการตาแฉะจะดีขึ้น แต่ในเด็กบางรายอาการตาแฉะอาจรุนแรงมากขึ้นหรือมีปัญหาเรื้อรัง หากไม่ได้รับการรักษาตั้งแต่เนิ่น ๆ อาจเกิดการอักเสบและลูกกลามเข้าไปในดวงตาถึงขั้นติดเชื่อได้

## ทำความเข้าใจกับ ภาวะท่อน้ำตาอุดตันในเด็ก

ท่อน้ำตาอุดตัน เป็นอาการที่เด็กมีน้ำตาไหลมากจนทำให้ตาแฉะโดยที่ลูกน้อยไม่ได้ร้องไห้ สาเหตุมาจากพังผืดในท่อน้ำตาไม่เปิด หรือท่อน้ำตาอุดตัน เนื่องจากท่อน้ำตาที่ต่ออยู่กับบริเวณจมูกผิดปกติไม่สามารถเปิดออกได้ ทำให้น้ำตาที่สร้างขึ้นมาเพื่อหล่อลื่นตาล้นออกมา จึงเกิดอาการน้ำตาไหลบ่อย ๆ ขี้ตาแฉะ หรือมีอาการตาบวมแดง เมื่อปล่อยไ้วนาน ๆ อาจทำให้เกิดการสะสมของขี้ตาจนทำให้เกิดการติดเชื่อและสามารถ ทำให้ลูกน้อยมีอาการอักเสบบริเวณถุงน้ำตาได้

- **เด็กตาแฉะ:** ลูกน้อยจะมีน้ำตาไหลคลอหรือเป็นหยดน้ำใสตลอดทั้งวัน
- **ขี้ตาเป็นสีเขียว:** เมื่อน้ำตาไหลออกมามาก อาจเกิดการอักเสบติดเชื่อทำให้ลูกน้อยมีขี้ตาเป็นสีเขียว
- **ก้อนที่หัวตา:** เมื่อลูกน้อยมีภาวะท่อน้ำตาอุดตัน คุณแม่อาจจะคลำเจอก้อนที่บริเวณหัวตา พอกดบริเวณก้อนจะทำให้มีน้ำตาทะลักออกมาจำนวนมาก
- **มีอาการบวมแดง:** เมื่อน้ำตาที่สะสมอยู่จำนวนมากทำให้เกิดการระคายเคือง คุณแม่อาจเห็นว่าบริเวณดวงตาของลูกน้อยมีอาการอักเสบ บวมแดงร่วมด้วย



## เด็กตาแฉะ หายเองได้ไหม

อาการเด็กตาแฉะที่เกิดจากภาวะท่อน้ำตาอุดตันโดยมากสามารถหายเองได้โดยไม่ต้องทำการรักษา เมื่อลูกน้อยมีอายุ 3-6 เดือน ในกรณีที่ลูกน้อยมีอาการตาแฉะมากสามารถดูแลได้ด้วยวิธีการนวดท่อน้ำตา เพื่อเปิดรูท่อน้ำตา โดยทั่วไปแล้วเด็กทารกกว่า 80-90 เปอร์เซ็นต์ จะหายเป็นปกติ แต่ถ้ายังไม่หายแนะนำให้คุณแม่พาลูกน้อยไปหาหมอเพื่อที่คุณหมอจะได้ให้แนวทางในการรักษาภาวะท่อน้ำตาอุดตันในเด็กเช่นวิธีการแยงท่อน้ำตา หรือการใส่ท่อซิลิโคนระบายน้ำตา หากลูกน้อยมีอาการมาก เกิดการอักเสบจนเป็นหนองคุณหมอมอาจใช้วิธีการรักษาด้วยการผ่าตัดท่อน้ำตา หรือแยงท่อน้ำตา เพื่อรักษาอาการท่อน้ำตาอุดตันในทารก

## วิธีดูแลตาแฉะในทารกเบื้องต้น ที่พ่อแม่ทำเองได้

หากคุณแม่พบว่าเด็กตาแฉะ สามารถดูแลลูกน้อยเบื้องต้นด้วยวิธีการทำความสะอาดบริเวณเปลือกตาด้วยน้ำเกลือ หรือน้ำอุ่น ดังนี้

- **เช็ดด้วยน้ำเกลือ:** คุณแม่สามารถใช้น้ำเกลือทางการแพทย์ชุบกับสำลี มาเช็ดทำความสะอาดบริเวณเปลือกตาที่มีคราบนำตาของลูกน้อยออกได้
- **เช็ดด้วยน้ำอุ่น:** คุณแม่สามารถใช้น้ำสะอาดต้มสุก มาเช็ดทำความสะอาดบริเวณเปลือกตาและขนตาให้ลูกน้อยเพื่อไม่ให้มีขี้ตาเกาะบริเวณดวงตา เพราะอาจเกิดการหมักหมมจนนำไปสู่การติดเชื้อหรือมีการอักเสบขึ้นมาได้

## เคล็ดลับหวดตาให้ลูก บรรเทาอาการตาแฉะ

เมื่อลูกน้อยมีอาการตาแฉะ คุณหมออาจแนะนำให้คุณแม่หวดบรรเทาอาการเบื้องต้นเพื่อระบายน้ำตาที่ค้างอยู่ในถุงน้ำตา และยังเป็นกรช่วยเปิดรูท่อน้ำตาให้ขยายใหญ่ขึ้นได้ โดยมีวิธีการ คือ ให้คุณแม่หวดที่บริเวณหัวตาของลูกน้อยประมาณ 20-30 ครั้ง ทั้งเช้า กลางวัน เย็น และก่อนนอน หากคุณแม่หวดถุงน้ำตาให้ลูกแล้วอาการไม่ดีขึ้น หรือนวดแล้วน้ำตาไม่ไหลแถมยังมีการอักเสบขึ้นมาอีก แนะนำให้คุณแม่ปรึกษาคุณหมอเพื่อขอรับคำแนะนำดูแลหรือการรักษาในขั้นต่อไป

คุณแม่สามารถทำได้ด้วยการนำสำลีไปชุบกับน้ำอุ่นหรือน้ำสะอาดต้มสุก จากนั้นเช็ดทำความสะอาดที่บริเวณเปลือกตาและขนตาไม่ให้มีขี้ตาเกาะ โดยไม่จำเป็นต้องประคบที่ตาของลูกน้อย

## เด็กตาแฉะและมีอาการร่วมแบบนี้ ควรรีบพาไปพบแพทย์

- **ดูแลเบื้องต้นแล้วอาการไม่เบาลง:** หลังจากคุณแม่ได้เช็ดทำความสะอาดเปลือกตาและหวดถุงน้ำตาแล้วแต่อาการยังไม่ดีขึ้น แนะนำให้คุณแม่ปรึกษาคุณหมอตันทันทีเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการอักเสบลุกลามรุนแรงไปมากกว่าเดิม
- **มีหนองที่หัวตา:** หากคุณแม่ปล่อยให้อาการตาแฉะของลูกน้อยแยลง จนเกิดการหมักหมมของน้ำตา อาจทำให้เกิดการอักเสบจนเป็นหนอง คุณแม่ควรปรึกษาคุณหมอเพื่อที่คุณหมอจะได้แนะนำวิธีการดูแลในขั้นต่อนต่อไป
- **ตาอักเสบ ตาแดง:** อาการตาอักเสบ ตาแดง ขี้ตาเยอะ เกิดจากการที่ลูกตาแฉะมาก ๆ เพราะน้ำตาไหลไม่หยุด หากไม่ได้ดูแล เช็ดทำความสะอาดขี้ตาหรือเปลือกตาที่ติพอ อาจทำให้เด็กเกิดการระคายเคืองจนเกิดการอักเสบและติดเชื้อขึ้นมาได้ คุณแม่ควรรีบพาลูกน้อยไปพบแพทย์ทันที

อาการเด็กตาแฉะ เป็นอาการที่พบได้บ่อยของทารกช่วงแรกเกิด หากพบว่าลูกมีน้ำตาไหลมาก ตาแฉะ มีขี้ตาเกาะเยอะ อาจลองใช้สำลีชุบน้ำต้มสุกสะอาด เช็ดทำความสะอาดบริเวณเปลือกตาและขนตาให้กับลูกน้อยในเบื้องต้นก่อน และอาจขอคำปรึกษา วิธีดูแลลูกน้อยด้วยการหวดจากคุณหมอ หากอาการยังไม่ดีขึ้น เป็นมากและเรื้อรัง อักเสบวมแดงถึงขั้นเป็นหนอง แนะนำให้รีบไปพบแพทย์ทันทีเพราะอาจเป็นสัญญาณของการอักเสบและติดเชื้อได้

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- 11 วิธีการเลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 เดือน ที่พ่อแม่มือใหม่ต้องรู้
- ตารางการนอนของทารก 0-1 ปี ทารกควรนอนวันละกี่ชั่วโมง
- วิธีจับลูกเรือ ทำอุ้มเรือเมื่อลูกไม่เรือ ช่วยให้ลูกสบายท้องหลังอิ่มนม
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกร้องไห้งอแง นอนหลับยาก พร้อมวิธีรับมือ
- เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร วิธีไหนที่ช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก
- ทารกตัวเหลือง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกตัวเหลือง
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- ทารกเป็นหวัดหายใจครืดคราด ลูกเป็นหวัดหายใจไม่สะดวกทำไงดี
- ลูกหายใจครืดคราดแต่ไม่มีน้ำมูก เกิดจากอะไร อันตรายกับลูกน้อยไหม

## อ้างอิง:

1. ท่อน้ำตาอุดตัน, โรงพยาบาลบางปะกอก 9
2. ท่อน้ำตาอุดตัน... คุณแม่มือใหม่ต้องระวัง!, โรงพยาบาลเปาโล
3. ท่อน้ำตาตันในเด็ก คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตตรวจเช็คให้ดี, โรงพยาบาลพญาไท
4. ภาวะท่อน้ำตาตันในเด็กเล็ก (Congenital NLDO), โรงพยาบาลตา หู คอ จมูก
5. การพยาบาลผู้ป่วยท่อน้ำตาอุดตันแต่กำเนิด, คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
6. เด็ก 10 เดือน ตาแฉะ มีน้ำตาและขี้ตาข้างเดียว เป็นประมาณ 2 สัปดาห์ เกิดจากอะไร และมีวิธีรักษาอย่างไร, Pobpad

อ้างอิง ณ วันที่ 22 กรกฎาคม 2567

แชร์ตอนนี้