

รวมเคล็ดลับการเลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 ปี  
บทความ

# เด็กตาแดงข้างเดียว ลูกตาแดงเกิด จากอะไร พร้อมวิธีรับมือ

ธ.ค. 20, 2024

7 นาที

เด็กตาแดง หรือโรคตาแดงในเด็ก เป็นโรคติดต่อที่พบได้บ่อยและอาจรุนแรงถึงขั้นกระจกตาอักเสบได้ ซึ่งทำให้คุณพ่อคุณแม่หลายท่านกังวลใจอยากรู้ว่าเกิดจากสาเหตุอะไร และควรดูแลลูกอย่างไร เมื่อมีอาการตาแดง บทความนี้จะไขข้อสงสัยเหล่านั้นให้ได้ทราบกัน

## คำถามที่พบบ่อย

### ลูกตาแดงแค่ข้างเดียวค่ะ แบบนี้จะลามไปอีกข้างไหมคะ แล้วต้องดูแลยังไง?

คลิก

เป็นเรื่องปกติเลยนะคะที่โรคตาแดงติดต่อ (จากไวรัสหรือแบคทีเรีย) มักจะเริ่มจากตาข้างเดียวก่อน และมีความเป็นไปได้สูงที่จะลามไปอีกข้างค่ะ เพราะเด็ก ๆ มักจะแผลงขยี้ตาข้างที่เป็น แล้วเอามือข้างเดียวกันไปสัมผัสตาอีกข้างค่ะ วิธีป้องกันที่ดีที่สุดคือพยายามไม่ให้ลูกขยี้ตา ล้างมือให้บ่อยๆ และแยกของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว ออกจากคนอื่นในบ้านค่ะ อย่างไรก็ตาม การพาไปพบแพทย์เพื่อวินิจฉัยและรับการรักษาที่ถูกต้องจึงสำคัญที่สุดค่ะ

### ลูกตาแดง คันๆ มีน้ำมูกด้วย แบบนี้คือตาแดงติดเชื้อ หรือแค่ภูมิแพ้ค่ะ?

คลิก

เป็นคำถามที่ดีมากเลยนะคะ เพราะอาการคล้ายกันจริงๆ จุดสังเกตสำคัญคือ ถ้าเกิดจากภูมิแพ้ มักจะมีอาการ "คัน" เป็นหลัก อาจจะมีตาบวมและน้ำมูกใสๆ ร่วมด้วย และมักจะเป็นที่ตาทั้งสองข้างพร้อมกันค่ะ ส่วนตาแดงที่เกิดจากการติดเชื้อ โดยเฉพาะเชื้อแบคทีเรีย มักจะมี "ขี้ตาสีเขียวหรือสีเหลือง" ที่เหนียวข้นร่วมด้วยค่ะ แต่ทางที่ดีที่สุดคือการให้คุณหมอเป็นผู้ตรวจวินิจฉัยค่ะ เพราะการรักษาแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง และการใช้ยาผิดประเภทอาจทำให้อาการแย่ลงได้ค่ะ

# ที่บ้านมียาหยอดตาของผู้ใหญ่อยู่ค่ะ เอามาใช้กับลูกก่อนได้ไหมคะ ?

คลิก

ห้ามเด็ดขาดเลยนะคะ! ยาหยอดตาสำหรับผู้ใหญ่มีส่วนผสมและความเข้มข้นของตัวยาที่แตกต่างจากยาสำหรับเด็ก และยาบางชนิดอาจเป็นอันตรายต่อดวงตาที่บอบบางของลูกได้ค่ะ โดยเฉพาะยาหยอดตาบางชนิดที่มีส่วนผสมของสเตียรอยด์ หากใช้ผิดกับโรคอาจทำให้อาการลุกลามรุนแรงขึ้นได้ การใช้ยาใดๆ กับดวงตาของเด็กควรอยู่ภายใต้การดูแลและคำสั่งของแพทย์เท่านั้นเพื่อความปลอดภัยค่ะ

## สรุป

- โรคตาแดงในเด็ก (Conjunctivitis) คือ ภาวะที่เยื่อตาเกิดการอักเสบหรือติดเชื้อ ในเด็กที่มีอาการตาแดงจากเชื้อไวรัส ส่วนใหญ่อาการตาแดงมักจะหายได้เองภายใน 2-3 สัปดาห์
- อาการตาแดงในเด็ก สามารถสังเกตได้ เช่น มีอาการคันตา ขยี้ตาบ่อย ภายในดวงตาจะเปลี่ยนเป็นสีแดงเข้ม และเริ่มมีขี้ตา น้ำตาไหล รู้สึกเจ็บตามาก จนเปลือกตาบวมขึ้น
- โรคตาแดงในเด็ก ไม่ควรซื้อยามารักษาเอง เพื่อความปลอดภัยกับลูก หากพบว่ามีอาการตาแดง คุณพ่อคุณแม่ควรพาลูกไปโรงพยาบาลพบจักษุแพทย์ หรือกุมารแพทย์ เพื่อเข้ารับการตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียดและรับการรักษาอย่างถูกวิธี

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- โรคตาแดงในเด็กคืออะไร ระบาดช่วงไหน
- ลูกตาแดงเกิดจากอะไร
- อาการตาแดงในเด็ก
- ลูกตาแดงหายเองได้ไหม
- ลูกตาแดงทำไงดี
- วิธีป้องกันโรคตาแดงในเด็ก

## โรคตาแดงในเด็กคืออะไร ระบาดช่วงไหน

ตาแดงในเด็ก ลูกตาแดง หรือที่เรียกว่าโรคตาแดง (Conjunctivitis) คือ ภาวะที่เยื่อตาเกิดการอักเสบหรือติดเชื้อ สำหรับเยื่อตาจะเป็นเยื่อเมือกใสที่คลุมตาขาวและบุด้านในเปลือกตาของดวงตาสองข้าง ซึ่งโรคตาแดงมักมีการระบาดมากในช่วงหน้าฝน โรคตาแดงในเด็ก อาจจะมีอาการ 5-14 วัน หรือเป็นนานกว่านี้ได้หากมีโรคแทรกซ้อนอื่น ๆ ขึ้นมาขณะที่เป็นตาแดง สำหรับโรคตาแดงสามารถติดต่อกันได้ง่าย เพียงแค่ไปสัมผัสโดนขี้ตา น้ำตา หรือการไปใช้ของร่วมกับผู้ป่วยตาแดง เช่น หมอน ผ้าเช็ดตัว รวมถึงการไอจามของลูกน้อย และการหายใจรดใส่กัน เป็นต้น

# ลูกตาแดงเกิดจากอะไร

ลูกตาแดง เด็กตาแดง มักมีสาเหตุเกิดขึ้นจากเยื่อตาอักเสบหรือติดเชื้อ ซึ่งเยื่อตาอักเสบสามารถแบ่งได้เป็น 2 ชนิด ดังนี้

## ชนิดติดเชื้อ

เด็กตาแดงที่เยื่อตาอักเสบชนิดติดเชื้อไวรัส เช่น เชื้อไวรัสอะดีโน (Adenovirus) มักจะทำให้มีอาการเจ็บคอและมีไข้สูงร่วมด้วย นอกจากนี้เยื่อตาอักเสบอาจเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย เช่น สแตฟิโลค็อกคัส ออเรียส (Staphylococcus Aureus) และ สเตรปโตค็อกคัส นิวโมเนียอี (Streptococcus Pneumoniae) เป็นต้น

## ชนิดไม่ติดเชื้อ

อาการตาแดงในเด็กอาจเกิดจากการที่มีสิ่งแปลกปลอม ฝุ่นละออง หรือจากโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาว ทำให้ระคายเคืองดวงตา เช่น ละอองเกสรดอกไม้ หญ้า ฝุ่นจากสัตว์เลี้ยง และไรฝุ่น เป็นต้น รวมถึงอาจเกิดจากอุบัติเหตุ หรือมีการแพ้ยาก็ได้เช่นกัน

# อาการตาแดงในเด็ก

สำหรับอาการเด็กตาแดง หรือตาแดงในเด็ก มักจะมีอาการที่เริ่มจากคันตาทำให้เด็กขยี้ตาบ่อย หลังจากนั้นภายในดวงตาจะเริ่มเปลี่ยนเป็นสีแดงเข้ม และมีขี้ตา น้ำตาไหล รู้สึกเจ็บตามากๆ รวมถึงเปลือกตาเริ่มมีการบวมขึ้นมา เป็นต้น สำหรับตาแดงในเด็กที่เยื่อตาอักเสบ อาจเกิดขึ้นจาก 3 สาเหตุ ดังนี้

## 1. เด็กตาแดงจากเชื้อไวรัส

เยื่อตาอักเสบที่มาจากเชื้อไวรัส เด็กมักจะมีอาการตาแดง รู้สึกเคืองตา มีน้ำตาไหลรวมถึงมีอาการตาบวม หรือปวดตาเล็กน้อยร่วมด้วย นอกจากนี้ก็ยังมีอาการกลัวแสง มองแสงนาน ๆ ไม่ได้ และแสบตา รวมถึงอาจ มีไข้ เป็นหวัด หรือมีการอักเสบของกระจกตา สำหรับตาแดงในเด็กจากเชื้อไวรัส อาการตาแดงจะหายได้เองภายใน 2-3 สัปดาห์

## 2. เด็กตาแดงจากเชื้อแบคทีเรีย

เยื่อตาอักเสบที่มาจากเชื้อแบคทีเรีย เด็กจะมีอาการตาแดงเข้ม มีขี้ตาสีเหลืองหรือสีเขียวออกมา มาก ทำให้ลืมตาไม่ค่อยขึ้นในช่วงตื่นนอนตอนเช้า

### 3. เด็กตาแดงจากการแพ้

เยื่อตาอักเสบจากการแพ้ เด็กมักจะมีอาการคันตา น้ำตาไหล หรือตาบวม และอาจเกิดร่วมกับอาการภูมิแพ้จมูกอักเสบ เช่น มีอาการจาม คัดจมูก น้ำมูกไหล และคัดจมูก เป็นต้น

## ลูกตาแดงหายเองได้ไหม

หากลูกมีอาการตาแดงจากเชื้อไวรัส ส่วนใหญ่อาการตาแดงมักจะหายได้เองภายใน 2-3 สัปดาห์ แต่เพื่อความปลอดภัยกับลูกน้อย หากคุณพ่อคุณแม่สังเกตเห็นว่าลูกมีอาการตาแดง ไม่แนะนำให้ซื้อยาทา หรือยาหยอดตามาหยอดรักษาเองเด็ดขาด ควรพาลูกไปโรงพยาบาลพบจักษุแพทย์ หรือกุมารแพทย์ เพื่อเข้ารับการตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียดว่าตาแดงที่เยื่อตาอักเสบนั้นเกิดจากเชื้อไวรัส แบคทีเรีย สารก่อภูมิแพ้ หรือเกิดจากโรค เป็นต้น เพื่อที่แพทย์จะได้ให้การรักษาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

## ลูกตาแดงทำไงดี

หากลูกตาแดง ควรพาไปพบแพทย์ และหากมีการรักษาด้วยยา เช่น ยาหยอดตาสำหรับฆ่าเชื้อ ตามที่แพทย์จัดให้นั้น หลังกลับมาบ้านให้ปฏิบัติตามคำแนะนำจากแพทย์ในการดูแลรักษาตาอักเสบ เช่น ประคบเย็นดวงตาข้างที่แดงอักเสบ เพื่อลดอาการบวมของเปลือกตา ซึ่งจะช่วยให้ลูกรู้สึกสบายตาขึ้น สำหรับการประคบเย็นตาที่อักเสบให้ทำครั้งละ 5-10 นาที วันละ 2-3 ครั้ง ประคบเย็นติดต่อกัน 5-6 วัน อาการตาแดงจะค่อย ๆ ทุเลาลงและดีขึ้นตามลำดับ สำหรับโรคตาแดงในเด็ก อาการจะดีขึ้นใช้เวลา 7-10 วัน แต่ในกรณีที่ติดเชื้อ มีการอักเสบลามไปที่กระจกตา แพทย์อาจต้องใช้เวลาในการรักษานานขึ้นกว่าจะหายเป็นปกติ

## วิธีป้องกันโรคตาแดงในเด็ก

โรคตาแดงในเด็ก เด็กตาแดง ให้ดูแลอาการตาแดงตามที่แพทย์แนะนำ เช่น ภาวความสะอาดตา หากลูกมีน้ำตาหรือขี้ตาให้คุณแม่ใช้สำลีชุบน้ำเช็ดเบา ๆ สำลีที่ใช้แล้วใช้เพียงครั้งเดียวแล้วทิ้ง ไม่ควรนำมาใช้ซ้ำ สำหรับวิธีป้องกันโรคตาแดงในเด็ก มีได้ดังนี้

- **ทำความสะอาดมือ:** คุณพ่อคุณแม่สอนลูกให้ทำความสะอาดมืออยู่เสมอ ด้วยการล้างมือด้วยสบู่ ก่อนรับประทานอาหาร หรือทุกครั้งก่อนออกจากห้องนอน
- **ไม่อยู่ใกล้ผู้ป่วย:** เพื่อป้องกันไม่ให้ลูกป่วยโรคตาแดง ควรสอนให้ลูกป้องกันตัวเองด้วยการอยู่ห่างจากเพื่อนที่ป่วย และไม่ใช่สิ่งของร่วมกัน
- **ล้างหน้า ล้างตา:** หากมีฝุ่นละออง หรือน้ำสกปรกเข้าตา ควรพาลูกไปล้างหน้า ล้างตาด้วยน้ำสะอาดทันที เพื่อป้องกันและลดการติดเชื้อ ควรสอนให้ลูกอย่าเอามือขยี้ตา
- **ระมัดระวังดวงตาจากแมลง:** อย่าปล่อยให้แมลงหวี่ หรือแมลงวันตอมตา
- **รักษาความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ:** เพื่อสุขอนามัยที่ดีของเด็ก ๆ และทุกคนในครอบครัว จำเป็นต้องดูแลรักษาความสะอาดร่างกายทุกวัน และทำความสะอาดของใช้ เช่น เสื้อผ้า ผ้า

เช็ดหน้า ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน ให้สะอาดอยู่เสมอ และหากลูกป่วยเป็นโรคตาแดง คุณแม่ควรให้ลูกหยุดเรียน เพื่อป้องกันไม่ให้โรคตาแดงลุกลาม หรือติดต่อสู่เพื่อนร่วมชั้นเรียน

เด็กตาแดง หรือโรคตาแดงในเด็ก เป็นโรคที่พบบ่อยในช่วงหน้าฝน ที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัส หรือแบคทีเรีย สำหรับโรคตาแดงในเด็กสามารถติดต่อกันได้จากการสัมผัสกับผู้ป่วยโรคตาแดง ซึ่งโรคตาแดงที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสส่วนใหญ่สามารถหายได้เองภายใน 2-3 สัปดาห์ แต่ทั้งนี้หากสังเกตพบว่าลูกมีอาการตาแดงควรพาไปพบแพทย์ทันที ไม่แนะนำให้ซื้อยามารักษาอาการตาแดงเองเด็ดขาด และเพื่อช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้กับลูกน้อย แนะนำให้คุณแม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่แรกเกิด ซึ่งในนมแม่จะมีจุลินทรีย์สุขภาพ บีแล็กทิส (*B. lactis*) หนึ่งในจุลินทรีย์สุขภาพในกลุ่มบีฟิโดแบคทีเรียม (*Bifidobacterium*) และยังเป็นโพรไบโอติกส์ ที่สามารถส่งต่อเพื่อสร้างระบบภูมิคุ้มกันที่แข็งแรงให้กับลูกน้อย ที่สำคัญนมแม่อยังอุดมไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์หลากหลายมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม แอลฟา-แล็คคัลบูมิน และสฟิงโกไมอีลิน ซึ่งช่วยในพัฒนาการสมอง สติปัญญา และการเจริญเติบโตของลูกน้อย สำหรับคุณแม่ที่ต้องการติดตามพัฒนาการของลูกน้อยในทุกช่วงวัย สามารถอ่านเพิ่มเติมได้ที่นี้ <https://www.s-momclub.com/member-privilege>

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- โปรแกรม Baby Development เช็คพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัย
- วิธีการเลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 เดือน ที่พ่อแม่มือใหม่ต้องรู้
- ตารางนอนของทารก 0-1 ปี ทารกควรนอนวันละกี่ชั่วโมง
- วิธีจับลูกเรือ ทำอุ้มเรือเมื่อลูกไม่เรือ ช่วยให้ลูกสบายท้องหลังอึนม
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกร้องไห้แง นอนหลับยาก พร้อมวิธีรับมือ
- เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร วิธีไหนที่ช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก
- ทารกตัวเหลือง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกตัวเหลือง
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- ทารกเป็นหวัดหายใจครืดคราด ลูกเป็นหวัดหายใจไม่สะดวกทำไงดี
- ลูกหายใจครืดคราดแต่ไม่มีน้ำมูก เกิดจากอะไร อันตรายกับลูกน้อยไหม

## อ้างอิง:

1. รับมือกับ “โรคตาแดง” ของลูกน้อย แบบคุณพ่อคุณแม่มือโปร, โรงพยาบาลเปาโล
2. ลูกขี้ตาบ่อย ๆ อายว้างใจ ระวัง..เยื่อตาอักเสบ ตาแดง, โรงพยาบาลนครธน
3. ตาแดง โรคที่มักจะมาในหน้าฝน, โรงพยาบาลสมิติเวช
4. ตาแดงไม่ร้ายแรง แต่รำคาญใจ, โรงพยาบาลศิริราชปิยมหาราชการุณย์

อ้างอิง ณ วันที่ 8 พฤศจิกายน 2567