**อาการของโรคต้อหิน 18 ข้อ**

มีความสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยให้ผู้ป่วยรู้ตัวว่าเป็นต้อหิน และนำผู้ป่วยให้ไปพบจักษุแพทย์ ทำให้ได้รับการวินิจฉัยโรคได้เร็วขึ้น อาการของโรคต้อหิน มีอะไรบ้าง ?

1. ตาพร่าตามัว เวียนหัวคลื่นไส้อาเจียน เห็นภาพเบลอซ้อน หรือตามืดบอดชั่วขณะหนึ่ง

2. เห็นจุดแสงดำขาวเต็มไปหมด หรือเห็นเป็นแสงระยิบระยับเมื่อมองไปกลางแดด
3. ปวดในเบ้าตาลึกๆและปวดศีรษะข้างเดียวคล้ายไมเกรน หรือปวดจี๊ดขึ้นสมอง

4. ตรวจพบว่ามีสายตาสั้นขึ้นมาทันที และค่าสายตาขึ้นๆลงๆ ไม่แน่นอน
5. ตาจะพร่า เมื่อมองวัตถุบนพื้นที่มีแสงจัดหรือบนพื้นที่มันวาว
6. อ่านหนังสือไม่ทน ทำงานหน้าจอคอมพิวเตอร์หรือดูโทรทัศน์ ได้ไม่นาน
7. เห็นดวงไฟมีแสงเจิดจ้า เป็นรัศมีกระจาย เห็นเป็นฝ้าหมอกหรือวงสีรุ้ง รอบดวงไฟ

8. เห็นแสงวาบคล้ายฟ้าแลบ หรือเห็นลำแสงวิ่งผ่านตา หรือเห็นเป็นเส้นหยักๆที่หางตา
9. มีความลำบากในการสังเกตุพื้นต่างระดับเวลาก้าวเดิน หรือเวลาขึ้นลงบันได
10. เห็นสีจืดจางลงหรือผิดเพี้ยนไป เห็นตัวหนังสือเลือนรางหรือแตกพร่า

11. การมองในที่มืดแย่ลง เห็นหน้าคนไม่ชัด และไม่กล้าขับรถในเวลากลางคืน

 12. เวลาขับรถลงอุโมงค์ลอดทางแยกหรือเดินเข้าที่ร่มในเวลาแดดจัด ตาจะมืดบอดชั่วขณะ

 13. เวลามองผ่านกระจกหน้ารถในทิศทางย้อนแสงอาทิตย์ ตาจะพร่าและสู้แสงไม่ค่อยได้
 14. เวลากลางคืนมักจะเดินชนข้าวของเป็นประจำ ชอบที่จะเปิดไฟทุกดวงเท่าที่มี
 15. มองสิ่งที่เคลื่อนที่เร็วๆไม่ทัน ทำให้ไม่มั่นใจเวลาขับรถหรือเดินข้ามถนนคนเดียว
 16. ตาสู้แสงไม่ได้ ต้องใส่แว่นดำเป็นประจำ
 17. เห็นแสงมืดลงไปเรื่อยๆ หรือเห็นเป็นหมอกควันอยู่ทั่วๆไป

 18. ลานสายตาแคบเข้ามาเรื่อยๆ จนระยะท้ายเหมือนมองผ่านท่อกลม

**หมายเหตุ** ผู้ที่ทำงานเพ่งมองวัตถุชิ้นเล็กๆทั้งวัน หรือทำงานจ้องจอคอมพิวเตอร์เป็นประจำ หากมีอาการดังกล่าว 3 – 5 ข้อ ควรรับการตรวจคัดกรองจอประสาทตาเพื่อตรวจวินิจฉัยโรคต้อหินเรื้อรัง