

ขั้นตอนการวัดสายตา

1. ให้เด็กปิดตาทีละข้าง อ่านตัวเลขที่มองเห็นบนแผ่นวัดสายตา
ควรเริ่มด้วยการใช้ตาขวาอ่านก่อนเสมอ
2. ทดสอบตาขวา ก่อน (ไม้บังตาซ้าย)
3. ให้เด็กอ่านทีละแถว จากบนลงล่าง ซ้ายไปขวา
 - สุ่มเลือกให้อ่าน (Random Technique)
 - จับคู่ภาพ (Matching Technique)
 - อ่านจากล่างขึ้นบน (Bottom up Technique)
4. สลับมาทดสอบตาซ้าย (ไม้บังตาขวา)
5. กรณีเด็กมีแว่นสายตาสวมอยู่แล้ว ขึ้นแรกให้อ่านด้วยตาเปล่าก่อน แล้วให้อ่านซ้ำอีกครั้งโดยสวมแว่น



การบันทึกผล

เขียนบวก (+) กรณีอ่านแถวถัดไปได้ไม่ถึงครึ่ง เช่น 20/70⁺²
เขียนลบ (-) กรณีอ่านผิดในแถวนั้นน้อยกว่าครึ่ง เช่น 20/50⁻²

ตัวอย่างการบันทึก

	ตาขวา	ตาซ้าย
VA	20/70 ⁺²	20/50 ⁻²
VA with gl	20/40	20/20 ⁻³

(gl คือ Glasses / ใส่แว่น)

ตัวอย่างการแปลผล

					20/200
20/50	20/50 ⁻²	20/70 ⁺²	< 20/200	20/50 ⁺²	

เกณฑ์ตัดสินว่าผิดปกติ

พิจารณาตาม / 4 quadrants เพื่อวิเคราะห์หาประเภทของผิดปกติ
หาตามจุดเริ่มต้น ไม่เป็น
กรณีวัดด้วย Lea chart
VA < 20/40 ในอย่างน้อยครึ่งหนึ่ง หรือค่าที่ลดลงถึงสองเป็นครั้ง
ครั้ง 2 แถวเป็นต้นไป
กรณีวัดด้วย Snellen chart
VA < 20/30 ในอย่างน้อยครึ่งหนึ่ง หรือค่าที่ลดลงถึงสองเป็นครั้ง
ครั้ง 2 แถวเป็นต้นไป

การส่งต่อ

1. บันทึกข้อมูลการตรวจวัดสายตาลงในแบบฟอร์ม
2. ทำหน้าที่แจ้งแจ้งผลการตรวจวัดสายตาให้ผู้ปกครอง
3. เด็กที่ตรวจพบความผิดปกติ พึงสังเกตอาการผิดปกติ และระดับความสามารถในการมองเห็นปกติ ควรส่งต่อพบแพทย์เพื่อรับการปรึกษา
4. เด็กที่มีผลการตรวจวัดสายตาผิดปกติ ควรได้รับการตรวจวัดสายตาเป็นประจำ ทุก 3-2 ปี



เด็กไทยสายตาดี

เด็กไทยสายตาดี

ตรวจสายตา
นักเรียน ป.1 ทั่วประเทศ
มอบแว่นสายตา
กรณีสายตาผิดปกติ



สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

ภาวะสายตาสั้น (Refractive Error)

หมายถึง ความผิดปกติเกิดจากแสงตกกระทบผ่านกระจกตาและแก้วตา โดยการรวมแสงไม่พอดีกับความยาวของลูกตา ทำให้แสงตกกระทบไม่พอดีที่จอประสาทตา จึงมองเห็นภาพหรือวัตถุไม่ชัดเจน ได้แก่ สายตาสั้น สายตายาว สายตาเอียง
วิธีแก้ไข : ด้วยการใส่แว่นสายตา



ระดับสายตา (VA : Visual Acuity)

หมายถึง ความสามารถในการมองเห็นวัตถุต่างๆ ได้ชัดเจน โดยการอ่าน ตัวเลข รูปภาพ หรือสัญลักษณ์ วัตถุผลเป็น ตัวเลขเศษส่วน หน่วยวัดเป็น เมตรหรือฟุต

เศษ คือ ระยะห่างในการมองเห็นของนักเรียน
ส่วน คือ ระยะห่างในการมองเห็นของคนปกติ

VA = $\frac{\text{ระยะห่างในการมองเห็นของนักเรียน}}{\text{ระยะห่างในการมองเห็นของคนปกติ}}$
เช่น 6/6 , 6/60 , 20/20 , 20/200



อาการของภาวะสายตาสั้น

- ตามัว
- ชอบขยี้ตา หยีตา
- กะพริบตาบ่อยๆ
- เห็นภาพซ้อน
- การกลอกตาสั้นผิดปกติ
- ชอบหลับตา ปิดตาข้างเดียว
- ไม่ชอบออกไปวิ่งเล่น
- ชอบนั่งใกล้จอขณะดูทีวี
- มีสมาธิสั้น ขาดความสนใจเรียน
- สับสนการอ่าน การเรียนไม่ดี
- อ่านหนังสือชิดหน้าเวลาอ่าน
- อาจไม่มีอาการ



อุปกรณ์



1. แผ่นวัดสายตา **Lea chart** สำหรับเด็กอนุบาล ทดสอบระยะ 3 เมตร (10 ฟุต) พร้อม **Lea symbols** 



2. แผ่นวัดสายตา **Snellen chart** สำหรับเด็กประถม ทดสอบระยะ 6 เมตร (20 ฟุต)



3. แผ่นวัดสายตา **E - chart** สำหรับเด็กประถม ที่อ่านไม่ออก ทดสอบระยะ 6 เมตร



4. ไม้บังคับ




5. ไม้ชี้



6. เทปวัดระยะทาง

การเตรียมตรวจวัดสายตา

การเตรียมสถานที่

1. สถานที่หรือห้อง ยาวไม่น้อยกว่า 6 เมตร
2. มีพื้นที่และแผ่นผนังเรียบทึบ
3. แสงสว่างส่องถึง เพียงพอ
4. ติดแผ่นวัดสายตาที่บนผนังแถวสุดท้ายอยู่ระดับสายตา
5. ใช้เทปวัดระยะทางจากผนังติดแผ่นวัดสายตาถึงจุดยืน 6 เมตร แล้วติดเทปกาวบนพื้นหรือเขียนเลขกำกับแต่ละเมตร
6. จุดยืนควรทำกรอบ  ไว้ให้นักเรียนยืน



3 เมตร

6 เมตร