

## 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

