



# การมองเห็นของทารก ลูกน้อยแต่ละช่วงวัย มองเห็นอะไรบ้าง

ภาษา

การมองเห็นของทารก ลูกน้อยแต่ละช่วงวัย มองเห็นอะไรบ้าง

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

มี.ค. 5, 2024

7 นาที

พัฒนาการด้านการมองเห็นของทารกเริ่มมีตั้งแต่แรกเกิดและพัฒนาอย่างเต็มที่ในวัย 2 ขวบ ทารกน้อยสามารถมองเห็นได้ตั้งแต่แรกเกิด แต่การใช้สายตานั้นยังไม่ชัดเจน การมองเห็นของทารกจะพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ ตามการเจริญเติบโต คุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นสังเกตความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นเบื้องต้น เช่น อายุ 3 เดือน ไม่จ้องหน้าพ่อแม่ ดวงตามีลักษณะตาเหล่ ตาเข ตาส่อน เป็นต้น ซึ่งต้องได้รับการตรวจวินิจฉัยจากแพทย์เท่านั้น

## สรุป

- ดวงตาของทารกเจริญเติบโตขึ้นและมีพัฒนาการด้านการมองเห็นตั้งแต่คุณแม่มีอายุครรภ์ประมาณ 4-5 สัปดาห์ ช่วงอายุครรภ์ 28 สัปดาห์ ทารกสามารถลืมตาและตอบสนองต่อแสงสว่างได้ การมองเห็นของทารกจะพัฒนาขึ้นตามการเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย
- ความผิดปกติด้านการมองเห็นของทารกเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ในครรภ์ เกิดจากสาเหตุต่าง ๆ การติดเชื้อในครรภ์ เช่น หัดเยอรมัน อีสุกอีใส เชื้อแบคทีเรีย ซิฟิลิส ต่อมแอลกอฮอล์ในขณะตั้ง

ครรภ์ หรือการรับประทานยาบางชนิดที่มีผลเสียต่อทารกในครรภ์ ส่งผลให้ดวงตาของทารก อักเสบรุนแรง ตาเป็นต้อกระจก ต้อหิน หรือตาบอดได้

- ปัญหาการมองเห็นของทารกที่ต้องให้คุณหมอวินิจฉัย ได้แก่ ตาเหล่ ตาเข ตาเอียง ความผิดปกติทางสายตางานบางชนิดรักษาได้ตั้งแต่ลูกยังเล็ก อาการต่าง ๆ ทางสายตาควรได้รับการรักษา ไม่ควรปล่อยไว้เพียงเพราะคิดว่าโตขึ้นก็หายได้เอง อาจส่งผลเสียมากกว่าที่คิด

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- การมองเห็นของทารก 2-3 เดือน
- การมองเห็นของทารก 4-6 เดือน
- การมองเห็นของทารก 7-12 เดือน
- อาการผิดปกติทางสายตาที่พ่อแม่ควรสังเกต
- กิจกรรมช่วยกระตุ้นการมองเห็นของลูก

ดวงตาของทารกแรกเกิดไวต่อแสงจ้า เพราะรูม่านตาของทารกยังมีขนาดเล็กมาก ทารกจึงมองเห็นได้เพียงวงแคบ ๆ เท่านั้น การมองเห็นของทารกแรกเกิดจะเริ่มดีขึ้นเมื่อรูม่านตาของทารกขยายกว้างขึ้นในช่วง 2-3 สัปดาห์หลังคลอด การมองเห็นของทารกสามารถมองได้กว้างขึ้น เมื่อทารกอายุครบ 1 เดือน ทารกจะมองเห็นได้ชัดที่สุดในระยะ 20-30 เซนติเมตร และจะมองเห็นสีตัดกันอย่างสีขาวดำ และสีที่ชัดเจนได้ดีกว่าสีทั่วไป นอกจากนี้ทารกสามารถจดจ่อกับวัตถุหนึ่งได้ในระยะเวลาสั้น ๆ

## การมองเห็นของทารก 2-3 เดือน

การมองเห็นของทารกช่วงอายุ 2-3 เดือน ดวงตาของทารกยังทำงานไม่ประสานกันเท่าที่ควร เพราะกล้ามเนื้อตาายังทำงานได้ไม่เต็มที่ ในช่วงนี้ทารกสามารถมองตามวัตถุที่เคลื่อนไหวได้ ในช่วงอายุ 3 เดือน การมองเห็นของทารกจะเริ่มจดจ่อกับวัตถุได้นานขึ้น

## การมองเห็นของทารก 4-6 เดือน

การมองเห็นของทารกอายุ 4-6 เดือน เริ่มดีขึ้น ระดับการมองเห็นชัดเจนขึ้น มองภาพเป็นสี มองวัตถุแบบ 3 มิติได้อย่างสมบูรณ์ สามารถกระระยะได้ มองจ้องวัตถุที่เข้ามาใกล้ ๆ สามารถหันศีรษะมองตามวัตถุหรือคนที่เคลื่อนไหวไปมา

# การมองเห็นของทารก 7-12 เดือน

การมองเห็นของทารกอายุ 7-12 เดือน พัฒนาการของทารกในวัยนี้ บางคนเริ่มคลาน บางคนเริ่มเกาะยืนและเดิน มีการเคลื่อนไหวร่างกายได้คล่องแคล่วและรวดเร็วมากขึ้น การทำงานของสายตาประสานงานกันระหว่างการมองเห็นและการเคลื่อนไหวร่างกาย มองเห็นในระยะไกล ๆ ได้ ใช้สายตาในระยะวัตถุ ใช้นิ้วมือหยิบ กำวัตถุได้อย่างแม่นยำ ทารกอายุตั้งแต่ 7 เดือน ถึง 1 ปี ควรได้รับการตรวจสุขภาพตา ในวัยนี้โรคตาที่พบได้บ่อย เช่น ตาเข ตาเหล่ ท่อน้ำตาอุดตัน หากตรวจพบจักษุแพทย์จะทำการรักษาตั้งแต่เนิ่น ๆ

## อาการผิดปกติทางสายตาที่พ่อแม่ควรสังเกต

### 1. ปัญหาสายตาและการมองเห็นของทารกคลอดก่อนกำหนด

การตั้งครรภ์ปกติครบกำหนดคลอดอยู่ที่ 40 สัปดาห์ หรือ 280 วัน องค์การอนามัยโลก (WHO) กำหนดว่า ทารกที่คลอดก่อน 37 สัปดาห์ คือ ทารกที่คลอดก่อนกำหนด และควรได้รับการตรวจประเมินความผิดปกติของจอตาจากการคลอดก่อนกำหนด (ROP) หลังคลอดตั้งแต่อายุ 4-6 สัปดาห์เพราะมีความเสี่ยงที่จะมีปัญหาสายตาและการมองเห็นได้มากกว่าทารกที่คลอดปกติ

### 2. ตาเหล่ผิดปกติ

เด็กทารกตาเหล่ ตาเข มีลักษณะความผิดปกติเกี่ยวกับดวงตา ที่ทำให้ตาดำของดวงตาทั้งสองข้างไม่อยู่ในแกนตั้งและแกนนอนเดียวกัน เมื่อมองตรง ตาข้างหนึ่งจะไม่อยู่ตรงกลาง แต่จะเหล่เขไปทางหัวตา หางตา ด้านบน หรือด้านล่าง พ่อแม่ผู้ปกครองบางคนอาจเข้าใจว่าเป็นเรื่องปกติ คิดว่าโตขึ้นอาการดังกล่าวจะหายไป ความจริงแล้วอาการตาเขนั้นน่าเป็นโรครายหนึ่งซึ่งส่งผลต่อการมองเห็น และบางรายอาจมีสัญญาณของโรคร้ายได้อีกด้วย เช่น จอประสาทตาผิดปกติตั้งแต่กำเนิด มะเร็งที่จอตา จอประสาทตาลอกตัว หรือต้อกระจกในเด็ก

### 3. สายตาขี้เกียจ

โรคสายตาขี้เกียจ (Amblyopia) เกิดจากความผิดปกติด้านการมองเห็นของทารกตั้งแต่แรกคลอดไปจนถึงอายุ 7 ปี ทำให้การมองเห็นภาพลดลง เป็นผลจากความผิดปกติของพัฒนาการของการมองเห็นในทารกหรือช่วงวัยเด็ก สายตาขี้เกียจเกิดจากการชนสังกระแสรบกวนระหว่างตาและสมองทำงานไม่เต็มที่ ทำให้สมองรับภาพจากตาเพียงข้างใดข้างหนึ่งมากกว่าอีกข้าง หรือสมองเพิกเฉยต่อการรับภาพของตาข้างที่ด้อยกว่า ทำให้การมองเห็นของตาข้างนั้นลดลง ซึ่งเกิดจากความบกพร่องของอวัยวะรับภาพ แปลผลภาพ เช่น เกิดแผลบริเวณจุดรับภาพจอตา เส้นประสาทตาฝ่อ รวมถึงความเสียหายของสมองส่วนที่แปลผลภาพจากการขาดออกซิเจน จากการสังกระแสรบกวนระหว่างดวงตาและสมองทำงานไม่เต็มที่ สมองรับภาพจากดวงตาเพียงข้างใดข้างหนึ่ง ทำให้สายตา

ข้างใดข้างหนึ่งมองเห็นไม่ชัดกับอีกข้างหนึ่ง หากปล่อยทิ้งไว้ไม่รักษา อาจทำให้สูญเสียการมองเห็นระยะยาว ซึ่งจะมีผลกระทบต่อพัฒนาการด้านการเรียนรู้ของลูกในอนาคตได้

## อาการที่สังเกตได้

- ตาเข
- การทำงานของดวงตาสองข้างไม่ประสานกัน
- สายตาสั้น สายตายาว หรือสายตาเอียงมากเกินไป หรือสายตาไม่เท่ากันระหว่างสองข้าง
- มองภาพไม่ชัดเจน โดยเฉพาะภาพที่มีความละเอียดสูง

## 4. ท่อน้ำตาอุดตัน

ท่อน้ำตาอุดตันมักเกิดขึ้นในช่วงวัยก่อน 1 ปี เป็นช่วงที่ดวงตาของทารกมีโอกลุสที่จะมีเยื่อบาง ๆ มาขวางทางระบายน้ำตาจนมีอาการน้ำตาเอ่อ สำหรับทารกบางคนมีอาการท่อน้ำตาอุดตันตั้งแต่แรกเกิด เนื่องจากมีความผิดปกติของระบบทางเดินน้ำตาในขณะที่อยู่ในครรภ์

## อาการที่สังเกตได้

- ขณะที่ทารกร้องไห้และหยุดร้อง ดวงตาจะไม่แดงแบบคนร้องไห้ แต่มีน้ำตาเอ่อคลอเข้าตาอยู่เสมอ ถ้ามีอาการอุดตันมากน้ำตาจะท่วมที่นัยตอลงมาต้องซับตลอดเวลา
- น้ำตาแห้งเพียงข้างเดียว อีกข้างตาแฉะอยู่ตลอดเวลาและอาจมีหนองหากติดเชื้อ
- ถ้าการอุดตันอยู่ต้นทางของระบบทางเดินน้ำตา แม้ตาแฉะแต่จะไม่มีหนอง
- หากลูกมีอาการท่อน้ำตาอุดตันควรพาลูกไปพบจักษุแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยและดูแลรักษา



## กิจกรรมช่วยกระตุ้นการมองเห็นของลูก

ทารกแรกเกิด จนถึง พัฒนาการทารก 3 เดือน พัฒนาการด้านการมองเห็นยังไม่ได้เท่าที่ควร ทารกสามารถมองเห็นได้ในระยะไม่เกิน 1 ฟุตเท่านั้น การฝึกพัฒนาการด้านการมองเห็น ด้วยการให้ทารกมองวัตถุที่มีลักษณะ 3 มิติ และมีการเคลื่อนไหว ช่วยบริหารกล้ามเนื้อตาให้แข็งแรงขึ้น ตัวอย่างกิจกรรมช่วยกระตุ้นการมองเห็นของลูก ได้แก่

### 1. โคมายสีสันสดใส

เด็กทารกในวัยนี้ยังนอนเปลหรือนอนเตียง โคมายสีสันสดใสชวนให้ทารกมองช่วงแรกเกิดถึง 3 เดือน ทารกมองเห็นสีสันที่ตัดกันได้อย่างดี เช่น สีขาว-สีดำ สีขาว-สีแดง โคมายช่วยกระตุ้นการมองเห็นและการเคลื่อนไหวคอ เวลาที่ทารกมองตาม

### 2. สีสันในห้อง

การตกแต่งห้องให้มีสีสันสดใส หรือประดับด้วยของตกแต่งที่มีสีสันสวยงาม ทารกน้อยมองไปรอบ ๆ ด้าน ช่วยฝึกสายตาและการมองเห็นได้

### 3. จ้องหน้าลูกใกล้ ๆ

เคยได้ยินไหมว่า พ่อแม่คือของเล่นที่ดีที่สุดของลูก การกระตุ้นการมองเห็นให้ลูกน้อยด้วยการจ้องหน้าลูกใกล้ ๆ ลูกจะมองเห็นตาดำและตาขาวของพ่อแม่ได้ชัดเจนที่สุด จ้องและกลอกตาไปมา เพื่อให้ทารกน้อยมองตาม นอกจากนี้ได้บริหารกล้ามเนื้อตาแล้ว ยังได้สายสัมพันธ์ที่อบอุ่นด้วย

การมองเห็นของทารกตั้งแต่แรกเกิด คุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นสังเกตความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น เช่น ตาเหล่ ตาเข ท่อน้ำตาอุดตัน การไม่จ้องหน้าพ่อแม่แม่จะมีอายุ 2-3 เดือนแล้วก็ตาม หรือความผิดปกติอื่นใดเกี่ยวกับสายตาและการมองเห็น ควรรีบพาไปพบจักษุแพทย์โดยเร็ว อย่าคิดว่าโตขึ้นจะหายเองเพราะโรคทางตาอาจเกิดอันตรายเกินกว่าที่คิดไว้ และมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ของเด็กโดยตรง

#### บทความแนะนำสำหรับพัฒนาการลูกน้อย

- พัฒนาการเด็ก 1 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 2 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 3 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 4 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 5 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 7 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 8 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 9 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 10 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 11 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 1 ขวบ พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก

#### อ้างอิง:

1. ถนอมดวงตาลูกน้อยตั้งแต่แรกเกิด, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
2. พัฒนาการเด็ก อายุ 2 เดือน, โรงพยาบาลเด็กสินแพทย์
3. โรคตาในเด็ก ปล่อยทิ้งไว้อาจสายเกินแก้, โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์
4. เรื่องน่ารู้ เมื่อต้องตรวจสุขภาพตาของแก้วตาดวงใจ, โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์
5. เมื่อใดควรพาลูกรักไปตรวจสายตา, โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
6. ตาเหล่ ตาเข เกิดจากอะไร รักษาได้ไหม ไขข้อสงสัยโดยจักษุแพทย์, โรงพยาบาลสมิติเวช
7. สายตาซีเกียจ, โรงพยาบาลกรุงเทพ
8. การอุดตันของท่อน้ำตา, คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
9. เลือกลง “ของเล่น” เป็น “ของขวัญ” ช่วยเสริมพัฒนาการของเด็กแต่ละวัย, โรงพยาบาลสมิติเวช
10. เด็กทารกอายุ 1 เดือนโตขึ้นแค่ไหน ดูแลลูกน้อยอย่างไรดี ?, พบแพทย์

อ้างอิง ณ วันที่ 16 มกราคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก  
โมอีลิน

สปิงโกโมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก





S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์