

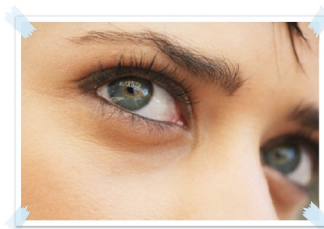
การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดกระจกในคืนแรก

1. ควรนอนหลับพักผ่อนมากๆ ในวันแรกให้นอนหงายหนุนหมอนได้
2. ห้ามแกะฝากรอบตาโดยเด็ดขาด เพื่อป้องกันไม่ให้ขี้ตา
3. รับประทานยาตามแพทย์สั่ง
4. ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการเวียนศีรษะ คลื่นไส้อาเจียน อันเนื่องจากภาวะความดันตาสูงขึ้นชั่วคราว อาการเหล่านี้จะค่อยๆ หายไปหลังจากการผ่าตัดประมาณ 2 – 3 ชั่วโมง
5. ไม่ควรไอหรือจามแรงๆ เพราะจะมีผลกระทบต่อแผลผ่าตัด

การปฏิบัติตัวหลังการผ่าตัดกระจก

1. ไม่ควรนอนคว่ำหน้า หรือนอนตะแคงทับตาข้างที่ทำการผ่าตัด จนกว่าแพทย์จะอนุญาต
2. ในขณะนอน ให้ปิดฝากรอบตาไว้ประมาณ 3 – 4 สัปดาห์ หรือป้องกันการขี้ตา ช่วงกลางวันอาจใช้แว่นตา
3. สัปดาห์แรกของการผ่าตัด ให้เช็ดตาวันละ 1 – 2 ครั้ง ตาข้างที่ทำการผ่าตัดจะมีอาการคัน หรือเคืองตาประมาณ 4 สัปดาห์ เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อ

4. ถ้าต้องการสระผม ห้ามก้มหน้าสระเอง ให้ผู้อื่นสระให้โดยการให้นอนหงายและสระให้เบาๆ ห้ามน้ำกระเด็นเข้าตา
5. ไม่ควรไอ จาม สะบัดหน้าแรงๆ หรือออกแรงยกของหนัก เพราะจะมีผลกระทบต่อแผลผ่าตัด
6. เวลาก้าวขึ้น-ลงบันได ควรใช้ความระมัดระวัง อาจจะก้าวผิดทำให้หน้ากระแทกได้
7. ไม่ควรเล่นกับเด็กหรือสัตว์เลี้ยง เพราะอาจโดนเตะปัดที่ตา
8. ไม่ควรทำกับข้าวหรือกวาดบ้าน เพราะควันหรือฝุ่นละอองอาจเข้าตา และอาจทำให้ตาอักเสบได้
9. ควรสวมแว่นตาดำกันลม กันแดด เมื่อออกนอกบ้านประมาณ 4 สัปดาห์
10. รับประทานยา / หยอดตา ตามแพทย์สั่ง การรับประทานอาหาร ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่อาจมีน้ำกระเด็นเข้าตาได้
11. ในบางรายที่ท้องผูก ควรรับประทานยาระบายอ่อนๆ หลังผ่าตัดได้
12. แพทย์แนะนำการทำแว่นสำหรับอ่านหนังสือ หลังผ่าตัด 1 เดือน



อาการที่ควรมาพบแพทย์ทันที

1. มีอาการปวดตามากตลอดเวลา ตาแดง มีขี้ตามากจนผิดปกติ หนึ่งตาบวม ตามัวลงกว่าเดิม
2. มีอาการเคืองตามากผิดปกติ
3. มองเห็นภาพบิดเบี้ยว หรือเหมือนมีอะไรลอยไปมาในตา

ข้อควรทราบ

1. ถ้ามียาหยอดตาหลายชนิด ยาแต่ละชนิดควรหยอดให้ห่างกัน 5 – 10 นาที
2. ถ้ามียาป้ายตาและยาหยอด ให้ใช้ยาหยอดตาก่อน ยาป้ายตาเสมอ
3. เก็บยาให้พ้นแสง และยาบางชนิดต้องเก็บในตู้เย็น
4. ไม่ใช้ยาร่วมกับผู้อื่น แม้ว่าจะมีอาการ



การตรวจติดตามหลังการผ่าตัด มีความสำคัญดังนี้

1. การตรวจติดตามหลังการผ่าตัดในช่วง 1 วัน ถึง 1 สัปดาห์ เพื่อประเมินว่า แผลผ่าตัดปกติหรือไม่
2. มีภาวะแทรกซ้อน เช่น การติดเชื้อแผลผ่าตัดหรือไม่
3. เพื่อติดตามผลการรักษาว่าเป็นไปตามแผนการรักษาหรือไม่ เช่น เลนส์ที่ใส่เข้าไปอยู่ในตำแหน่งที่ดีหรือไม่
4. เพื่อติดตามผลการรักษาว่ามีผลข้างเคียงใดๆ เกิดขึ้นหรือไม่ และมีการพัฒนาไปในทิศทางใด ควรมีการรักษาใดๆเพิ่มเติมหรือไม่ เช่น อาการอักเสบที่แผลผ่าตัด ซึ่งต้องมีการปรับเปลี่ยนการใช้ยา เป็นต้น
5. เพื่อประเมินว่าผลการรักษาเป็นไปตามที่ผู้ป่วยคาดหวังหรือไม่ หากไม่ตรงกับความคาดหวัง จะมีทางเลือกในการรักษาอื่นๆเพิ่มเติมหรือไม่



วิธีเช็ดตาทำความสะอาด

1. ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่แล้วเช็ดให้แห้ง ถอดผ้าครอบตาออก
2. หยิบสำลีสะอาด 4 – 5 ก้อน เหน้าเกลือ (Normal saline) แล้วบีบหมาดๆ
3. ใช้สำลีแต่ละก้อนดังนี้ ให้ผู้ป่วยเหลือบตาลง ก่อนแรก เช็ดเบาๆตรงขอบตาบนจากหัวตาไปหางตา ก้อนที่ 2 เช็ดขอบตาล่าง โดยปฏิบัติเช่นเดียวกับ ก้อนที่ 3 -5 ให้ผู้ป่วยหลับตาให้ผู้ป่วยหลับตาแล้วเช็ดรอบๆตาบนและตาล่าง
4. ให้ผู้ป่วยเงยหน้า ใช้นิ้วดึงหนังตาล่างลง หยดยา 1 หยด ลงในเบ้าตา (อยู่ระหว่างหนังตาล่างและตาขาว) ต้องระวังอย่าให้ปลายจุกขวดถูกขอบตาหรือภาชนะอื่นๆ
5. ปล่อนิ้วที่ดึงหนังตาออก ให้ผู้ป่วยหลับตาไว้อย่างน้อย 1 นาที เช็ดน้ำยาที่ไหลออกมาด้วยสำลีสะอาด แล้วกดเบาๆบริเวณหัวตาประมาณ 1 นาที เพื่อป้องกันไม่ให้ยาซึมเข้าท่อน้ำตา



การปฏิบัติตัวหลัง การสลายต้อกระจก



งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าตูม
Group.wunjun.com/thatumhealthy
โทร.044-591126 ต่อ 116
“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”