

ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมตาในวัยกลางคน

— ทำทาง

การนอนให้ศีรษะสูงเหนือกว่าหัวใจเป็นเวลา 3-4 วันหลังจากผ่าตัด เป็นการช่วยลดอาการบวม แต่หากรู้สึกนอนไม่สบายสามารถนอนในท่าปกติได้

— อาการบวม

1. หลังการผ่าตัด ตาทั้งสองข้างอาจยังไม่เท่ากันในทันที แม้จะมีความแตกต่างเพียงเล็กน้อย แต่ความแตกต่างนั้นอาจดูชัดเจนมากขึ้นจากอาการบวมในระยะแรก
2. อาการบวมจะค่อย ๆ ลดลงอย่างช้า ๆ ในช่วง 1-3 สัปดาห์แรก และจะดีขึ้นอย่างต่อเนื่องหลังจากนั้น
3. โดยทั่วไป อาการบวมจะมากที่สุดในช่วง 3 วันแรก หลังจากนั้นจะเริ่มลดลงในกรณีที่มีอาการบวมมากสามารถเริ่มประคบอุ่นได้ตั้งแต่วันที่ 3 หลังผ่าตัด

ข้อควรระวังในการประคบอุ่น

- ควรใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นบิดหมาด หรืออุปกรณ์ประคบอุ่นที่เหมาะสม (หลีกเลี่ยงการอุ่นด้วยไมโครเวฟ)
- เนื่องจากบริเวณผ่าตัดและผิวหนังรอบดวงตาอาจมีอาการชาชั่วคราว ควรตรวจสอบอุณหภูมิของอุปกรณ์ประคบกับผิวหนังบริเวณอื่นก่อนใช้งาน เพื่อป้องกันการเกิดแผลไหม้

— การดูแลแผลผ่าตัด

1. กรุณาหลีกเลี่ยงการขยี้ตา หรือหลับตาที่ต้องออกแรงเยอะๆ
2. อาจมีเลือดซึมบริเวณแผลผ่าตัดได้เล็กน้อย ซึ่งถือเป็นอาการปกติในระยะแรก
3. กำหนดการตัดไหมจะอยู่ในช่วงประมาณ 3-10 วันหลังการผ่าตัด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพของแผลแต่ละบุคคล
4. กรุณาทายาบริเวณแนวไหมวันละ 2 ครั้ง (เช้า-เย็น) โดยใช้ก้านสำลีสะอาดหากมีอาการตาแห้งสามารถทายาภายในดวงตาเพิ่มเติมก่อนนอนได้
5. ห้ามดึงหรือแคะสะเก็ดแผลออกเด็ดขาด

— การล้างหน้า การอาบน้ำ การแต่งหน้า

1. ถ้าแผลโดนน้ำเพียงเล็กน้อย หลังผ่าตัดไปสัก 3-4 วันแล้วนั้นไม่เป็นไร แต่ทางที่ดีควรหลีกเลี่ยงไม่ให้แผลโดนน้ำจนกว่าจะตัดไหม



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมตาในวัยกลางคน

2. การล้างหน้าและการแต่งหน้านั้นสามารถทำได้ หลังจากวันตัดไหมไปแล้ว 1 วัน
 - กรงูณาไม่ถูที่ตาแรง ๆ และแต่งตาอย่างระมัดระวัง
 - ในกรณีที่ผ่าตัดเรียงชั้นไขมันใต้ตา สามารถล้างหน้าเบา ๆ ได้ หลังผ่าตัดไปแล้ว 3 วัน ซึ่งแต่ละบุคคลอาจจะต่างกันขึ้นอยู่กับวิธีผ่าตัด
 - สามารถแต่งตาหนา ๆ ได้ หลังจากอาทิตย์ที่ 3 เป็นต้นไป เวลาลบให้ลบด้วยคลื่นซึ่งที่ใช้เฉพาะลบเครื่องสำอางที่ตา และล้างด้วยน้ำเบ
3. แนะนำให้ต่อขนตาปลอม หรือสักกึ่งถาวรหลังจากผ่าตัดไปแล้ว 1 เดือน
4. แนะนำให้ใส่คอนแทคเลนส์หลังผ่าตัดไปแล้ว 3 อาทิตย์
5. งดชาวน้ำ ว่ายน้ำเป็นเวลา 1 เดือน

— การออกกำลังกาย

สามารถออกกำลังกายเบา ๆ ได้หลังจากผ่าตัด 1 อาทิตย์ ส่วนการออกกำลังกายหนัก ๆ (เวทเทรนนิ่ง ปั่นเขา ว่ายน้ำ) ทำได้หลังผ่าตัด 1 เดือน

— การทานยา

1. กรุณาทานยาตามใบสั่งยา ทานให้ครบและตรงตามเวลาที่กำหนดไว้ **ถ้ามีอาการ เช่น ท้องเสีย ลมพิษ หลังทานยา ให้รีบหยุดยาและ ติดต่อโรงพยาบาล**
2. ในใบสั่งจะมียาแก้ปวด **แต่ถ้าทานแล้ว ยังมีอาการเจ็บหรือปวดไม่หาย สามารถทานไทรินอลเพิ่มได้**
3. ยาแอสไพรินหรือวิตามินเป็นสาเหตุทำให้เลือดออกได้ ถ้าไม่จำเป็นต้องทาน ให้งดทานหลังผ่าตัด 1 อาทิตย์
4. **เนื่องจากยาหรืออาหารเสริมลดบวมอื่นๆ นอกจากที่โรงพยาบาลจ่ายให้ อาจมีส่วนผสมที่ทำให้เลือดไม่หยุดไหลได้ ทางโรงพยาบาลจึงไม่แนะนำให้ซื้อยาลดบวมอื่นๆ ทานเพิ**

— การสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์

ควรหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์หลังผ่าตัดเป็นเวลา 1 เดือน

— อาการ / ความคืบหน้าการรักษา

1. อาจจะมีอาการชา เลือดออกในตา เนื้อเยื่อตาบวม สัก 2-3 อาทิตย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีเปิดหางตาบนและล่าง อาจจะมีอาการ รุนแรงได้ คนไข้ที่เคยเป็นครั้งแรกจะกังวลมาก ๆ แต่ส่วนใหญ่แล้ว มันจะค่อย ๆ หายไป ซึ่งระยะเวลาขึ้นอยู่กับขนาด
2. รูปทรงตาจะเข้าที่อย่างดีที่สุดหลัง 3-6 เดือน ความบวมในช่วงแรกจะทำให้ตาดูไม่เท่ากัน แต่ส่วนใหญ่จะดีขึ้นเมื่อผ่านไปสักระยะหนึ่ง



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมตาในวัยกลางคน

3. หลังผ่าตัด อาจเกิดสิ่งแปลกปลอม, อาการแสบตา, ตาพร่ามัว ทำให้สายตาโฟกัสไม่ได้ แต่ส่วนใหญ่แล้วอาการจะดีขึ้น หาก รู้สึกเคืองตา สามารถใช้น้ำตาเทียมเป็นประจำ
4. ในกรณีผ่าตัดจัดเรียงชั้นไขมันใต้ตา ในช่วง 1 อาทิตย์แรกอาจจะมีน้ำตาลักษณะคล้ายเลือดไหลออกมาได้ สิ่งนั้นไม่ใช่อาการเลือด ออก สบายใจได้ แต่ถ้าไหลต่อเนื่องเป็นเวลานาน กรุณาไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล
5. หลังผ่าตัดยกกระชับใต้ตา งดการเกร็งใบหน้า หรือพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดแรงกดดัน

— กรณีฉุกเฉิน

หลังผ่าตัด ภายใน 24 ชั่วโมง หากมีอาการเจ็บลูกตารุนแรง, การมองเห็นเปลี่ยนไป, หรือจู้ๆ ก็บวมขึ้นมากรุนหาติดต่อโรงพยาบาล และรีบไปพบแพทย์

