

ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมตา

— ทำทาง

การตั้งตัวขึ้นแล้วนอนให้ศีรษะสูงเหนือกว่าหัวใจเป็นเวลา 3-4 วันหลังจากผ่าตัด เป็นการช่วยลดอาการบวม แต่หากรู้สึกนอนไม่สบาย สามารถนอนในท่าปกติได้

— อาการบวม

1. ตาทั้งสองข้างไม่สามารถเท่ากันได้ทันทีหลังผ่าตัด แม้จะต่างกันนิดหน่อยแต่เพราะ ความบวมในช่วงแรก จะทำให้ตาดูเหมือนไม่เท่า กันมาก
2. ส่วนใหญ่จะบวมหนักช่วงภายใน 1 อาทิตย์แรก แล้วจะค่อย ๆ ลดลง ส่วนความบวม ที่เหลือจะใช้เวลา ยุบมากกว่า 1-3 เดือนขึ้นไป
3. **ประคบเย็นจนถึงวันที่ 3 และหลังจากนั้นไม่จำเป็น ต้องประคบอุ่น แต่ถ้าหากยังมีอาการช้ำมาก ๆ หลัง 3 วันไปแล้ว การประคบอุ่น ๆ จะช่วยได้**

ข้อควรระวังการประคบอุ่น

- แผ่นประคบอุ่นให้แช่ลงไปใต้น้ำอุ่นแล้วใช้ประคบ (**ห้ามใช้อุ่นในไมโครเวฟ**)
- **หลังจากผ่าตัด เส้นประสาทรอบ ๆ ดวงตาอาจจะไม่มีความรู้สึกชั่วคราว ดังนั้น เพื่อไม่ให้ความร้อนลวกผิว ให้ทดลองประคบอุ่น บริเวณผิวหนังส่วนอื่น ๆ ก่อน (เช่น ท้องแขนด้านใน) หลังเช็ควงแหงมแล้ว ค่อยใช้ประคบรอบดวงตา**

— วิธีดูแลแผล

1. กรุณางดกดขยี้ตา หรือล้างตาแรง ๆ
2. เป็นปกติที่อาจจะมีเลือดติดที่แผลหลังผ่าตัด
3. จะตัดไหมภายใน 3-10 วันหลังผ่าตัด ขึ้นอยู่กับแผล
4. **กรุณาทายาทาลงบนไหมเพียงเล็กน้อยด้วยคอตตอนบัดวันละ 2 ครั้ง (เช้า, เย็น)**
5. หากมีสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หรือมีขี้ตา กรุณาใช้คอตตอนบัดสะอาดทำให้เปียกด้วยน้ำ หรือน้ำเกลือ แล้วเช็ดเบา ๆ โดยเว้นบริเวณ แผลผ่า
6. กรุณาอย่าแกะสะเก็ดที่ติดบริเวณแผลเอง

— การล้างหน้า การอาบน้ำ การแต่งหน้า

1. **ถ้าแผลโดนน้ำเพียงเล็กน้อย หลังผ่าตัดไปสัก 3 -4 วันแล้วนั้นไม่เป็นไร** แต่ทางที่ดีควรหลีกเลี่ยงไม่ให้ แผลโดนน้ำจนกว่าจะตัดไหม



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมตา

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

— การออกกำลังกา

สามารถออกกำลังเบา ๆ ได้หลังจากผ่าตัด 1 อาทิตย์ ส่วนการออกกำลังกายหนัก ๆ (เวทเทรนนิ่ง ปีนเขา 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. รูปร่างตาจะเข้าที่อย่างดีที่สุดหลัง 3-6 เดือน ความบวมในช่วงแรกจะทำให้ตาดูไม่เท่ากัน แต่ส่วนใหญ่จะดีขึ้นเมื่อผ่านไปสักระยะหนึ่ง



ข้อควรระวังหลังศัลยกรรมตา

3. หลังผ่าตัด อาจเกิดสิ่งแปลกปลอม, อาการแสบตา, ตาพร่ามัว ทำให้สายตาโฟกัสไม่ได้ แต่ส่วนใหญ่แล้วอาการจะดีขึ้น หาก รู้สึกเคืองตา สามารถใช้น้ำตาเทียมเป็นประจำ
4. ในกรณีผ่าตัดจัดเรียงชั้นไขมันใต้ตา ในช่วง 1 อาทิตย์แรกอาจจะมีน้ำตาลักษณะคล้ายเลือดไหลออกมาได้ สิ่งนั้นไม่ใช่อาการเลือด ออก สบายใจได้ แต่ถ้าไหลต่อเนื่องเป็นเวลานาน กรุณาไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล
5. กรณีผ่าตัดแบบมีแผลกรีด (กรีดตาสองชั้น, Sub-Brow, กรีดยาวเก็บหนังตามน, กระจับใต้ตา) ห้ามเกร็งใบหน้าหรือออกแรงหรือการสูดน้ำมูก ฯลฯ จนพฤติกรรมที่ทำให้เกิดความดันขึ้นเป็นเวลา 1 เดือน

— การติดต่อกรณีฉุกเฉิน

หากมีอาการตามด้านล่างนี้ กรุณาติดต่อโรงพยาบาลหรือที่ปรึกษาผู้ดูแล

กรณีที่ต้องติดต่อโรงพยาบาลโดยทันที

- อาการหายใจติดขัด
- อาการเลือดไม่หยุดไหล
- ไข้สูงเกิน 38, เวียนหัวอย่างรุนแรง
- บริเวณที่ผ่าตัดมีอาการบวมผิดปกติ, - สีผิวบริเวณแผลเปลี่ยนแปลงอย่างมาก

การติดต่อหลังเวลาทำการ

เวลาทำการ

จันทร์-พฤหัสบดี หลัง 7PM ศุกร์ หลัง 9PM เสาร์ หลัง 5PM

(1) ติดต่อผ่านที่ปรึกษาที่ดูแล

(2) เบอร์ฉุกเฉิน [010-2524-1298](tel:010-2524-1298)

