

การปฏิบัติตัวก่อนและหลังผ่าตัดต้อกระจก



ศูนย์ : ศูนย์จักษุ

การผ่าตัดต้อกระจก (Cataract Surgery) ถือเป็นวิธีหลักในการรักษาต้อกระจก เพราะปัจจุบันยังไม่มียารักษาให้เลนส์ตากลับมาใสเหมือนเดิมได้ ซึ่งการผ่าตัดต้อกระจกแพทย์จะเป็นผู้วินิจฉัยและเลือกวิธีการผ่าตัดที่เหมาะสมกับระยะอาการของผู้ป่วยแต่ละราย โดยการผ่าตัดต้อกระจกจะใช้เวลาในการผ่าตัดน้อยเพียง 1 ชั่วโมง และไม่ต้องนอนพักในโรงพยาบาล ทั้งนี้เพื่อให้การผ่าตัดเป็นไปอย่างสมบูรณ์ผู้ป่วยจะต้องปฏิบัติตัวก่อนและหลังผ่าตัดต้อกระจกดังนี้

สารบัญ

- [การเตรียมตัวก่อนผ่าตัดต้อกระจก](#)
- [เตรียมตัวอย่างไรในวันผ่าตัด](#)
- [ขณะผ่าตัดต้อกระจก](#)

- [การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดต่อกระจก](#)
- [ปรึกษาแพทย์ออนไลน์ ไม่เสียค่าใช้จ่าย](#)

การเตรียมตัวก่อนผ่าตัดต่อกระจก

1. เนื่องจากขณะทำผ่าตัด ผู้ป่วยจะต้องนอนราบไม่หนุนหมอนและถูกคลุมผ้าที่ใบหน้า เปิดเฉพาะตาข้างที่ผ่าตัด ดังนั้นผู้ป่วยควรลองฝึกทำที่บ้าน เพื่อให้เกิดความเคยชิน เวลาที่ฝึกนานประมาณ 30 - 45 นาที
2. กรณีที่แพทย์สั่งยาหยอดตาฆ่าเชื้อหรือยานอนหลับให้ใช้ตามแพทย์สั่ง
3. ยาที่ต้องงดก่อนผ่าตัดประมาณ 1 สัปดาห์ เช่น ยาละลายลิ่มเลือด ยาหยอดตาที่ต้องงด เช่น บีโลคาร์ป็น
4. ในวันที่ผ่าตัด อาบน้ำ สระผม ฟอกหน้าและตา ให้สะอาดระวังไม่ให้สบู่เข้าตา จะทำให้แสบตา ตาแดง ระคายเคืองตา
5. ไม่แต่งหน้า ทาปาก ทาเล็บ
6. สวมเสื้อผ้าที่ใส่สบาย ควรเป็นเสื้อผ่าหน้าตลอด (มีกระดุมด้านหน้า ไม่ควรเป็นเสื้อสวมจากทางศีรษะ)
7. รับประทานอาหารตามปกติ ยกเว้นผู้ที่เบาหวานต้องเจาะน้ำตาลในเลือดก่อนไปรับประทานอาหาร (ระดับน้ำตาลไม่ควรเกิน 180 มก% ถ้าเกินแพทย์จะพิจารณาเลื่อนการผ่าตัด)
8. ไม่นำของมีค่า เครื่องประดับติดตัวไปโรงพยาบาล ยกเว้นค่าใช้จ่ายในการผ่าตัด
9. ถ้ามีอาการไข้หวัด ไอ จาม ไข้สูง หรือเป็นโรคเบาหวานความดันโลหิตสูง หัวใจ หอบหืด ฯลฯ โปรดแจ้งเจ้าหน้าที่และนำยาที่ผู้ป่วยใช้ประจำมาด้วย

> กลับสารบัญ

เตรียมตัวอย่างไรในวันผ่าตัด

ในวันผ่าตัดผู้ป่วยจะได้รับการเตรียมตัว ดังนี้

1. วัดความดันโลหิต
2. ตัดขนตาหรือไม่ตัด ซึ่งแพทย์จะเป็นผู้พิจารณา
3. หยอดยาฆ่าเชื้อ ยาขยายม่านตา และให้รับประทานยา
4. ให้ผู้ป่วยฝากของมีค่าไว้กับญาติ รวมทั้งฟันปลอม(ถ้ามี)
5. ให้ผู้ป่วยใส่เสื้อผ้าและสวมหมวกของโรงพยาบาล
6. ปัสสาวะให้เรียบร้อย ห้ามกลั้นปัสสาวะ
7. แพทย์จะหยอดยาชา ฉีดยาชาตาข้างที่ผ่าตัด เมื่อยาชาออกฤทธิ์ จะเริ่มทำการผ่าตัดต่อกระจก

> กลับสารบัญ

ขณะผ่าตัดต้อกระจก

ขณะผ่าตัด จะมีผ้าคลุมหน้า ผู้ป่วยจะอึดอัด ขอให้อดทนเนื่องจากสำคัญมาก ผู้ป่วยควรให้ความร่วมมือโดยไม่พูดนอนนิ่งๆ ไม่สะบัดหน้า ไม่เกร็งตัว ปล่อยตัวตามสบาย หายใจเข้าออกลึกๆ ซาๆ ห้ามไอ จาม ถ้าจำเป็นให้บอกแพทย์เพื่อหยุดการผ่าตัดชั่วคราว

การผ่าตัดใช้เวลาประมาณ 25 - 45 นาที ขึ้นอยู่กับวิธีการผ่าตัด เมื่อแพทย์ผ่าตัดเสร็จเรียบร้อยแล้วจะปิดก๊อชที่ตา และใช้ผ้าครอบตาปิดทับอีกชั้นหนึ่ง และย้ายผู้ป่วยออกจากห้องผ่าตัด เปลี่ยนเสื้อผ้า แลวกลับบ้านได้

> กลับสารบัญ

การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดต้อกระจก

หลังผ่าตัดต้อกระจกควรปฏิบัติตัวประมาณ 3-4 สัปดาห์ เพื่อรอให้แผลหาย ดังนี้

1. วันแรกหลังผ่าตัด ห้ามเปิดตา จะเริ่มใช้ยาหยอดตาเมื่อแพทย์ได้ทำการตรวจตาแล้ว พร้อมกับเช็ดตาวันละครั้งตอนเช้าหรือเช็ดตาอีกเมื่อมีอาการคันตา
2. ยารับประทาน เช่น ยาฆ่าเชื้อ ยาแก้ปวด ยานอนหลับรับประทานได้เลยหลังผ่าตัดเสร็จตามขนาดที่เขียนไว้ที่ซองยา
3. รับประทานอาหารได้ตามปกติ ยาที่งดก่อนผ่าตัด หลังผ่าตัดวันแรกให้รับประทานได้ปกติ
4. การนอน ควรนอนหงาย ถ้าเมื่อยนอนตะแคงได้ ถ้าหายควรกลับมานอนหงาย
5. การใช้ผ้าปิดตา จะใช้เฉพาะวันแรก หลังผ่าตัด ให้ใส่แว่นตากันลม ผุ่น ในตอนกลางวัน ส่วนกลางคืนให้ใส่ผ้าครอบตา
6. ผ้าครอบตาสำคัญมากโดยเฉพาะเวลานอน ป้องกันการฝอลขี้ตาและการกระแทกที่ตา สำหรับการผ่าตัดต้อกระจกแบบใช้ อัลตราซาวด์ ต้องครอบตานาน 4 สัปดาห์ ส่วนการผ่าตัดต้อกระจกแบบเปิดแผลกว้างต้องครอบตานาน 6 สัปดาห์ หรือขึ้นอยู่กับการหายของแผล
7. ตอนกลางวันใส่แว่นตากันแดด แทนผ้าครอบตาได้
8. ไม่ให้น้ำทุกชนิดเข้าตา ยกเว้นยาหยอดตา
9. ห้ามล้างหน้า ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดหมาดๆ เช็ดทำความสะอาดใบหน้า จนกว่าแพทย์จะอนุญาตให้โดนน้ำได้
10. ควรนอนหงายให้ผู้อื่นสระผมให้เพื่อไม่ให้หน้าไหลเข้าตา ควรปิดผ้าก๊อชและครอบตาขณะสระผม ภายหลังสระผม ควรเปลี่ยนผ้าก๊อชปิดตาใหม่
11. หลีกเลี่ยงการยกของหนัก การเกร็งหรือเบ่ง
12. ห้ามก้มลงเก็บของ หรือก้มต่ำกว่าระดับเอว เพราะอาจจะระคายเคือง

ทำให้ตาถูกกระแทกจนเกิดอันตรายหรือเลนส์เคลื่อนได้

13. สามารถออกกำลังกายเบาๆ ที่ไม่กระทบกระเทือนตา เช่น การเดิน และควรระวังไม่ให้เหงื่อเข้าตา
14. ผู้ที่เคยสวมแว่นสายตาสั้น สายตายาว หลังผ่าตัดต้อกระจกจะใช้แว่นเดิมไม่ได้ ถ้าใช้ต้องปิดผ้าก๊อซตาข้างที่ผ่าตัด
15. เดินทางได้ตามปกติ ระวังระวังอุบัติเหตุ หรือเวลาเดินขึ้นลงบันได อาจก้าวผิดหรือหกล้ม เนื่องจากอาการระยะมืด
16. ห้ามขยี้ตา ไอ จาม แรงๆ เบ่งแรงๆ หรือเคี้ยวอาหารที่แข็งและเหนียวมากๆ ถ้าจำเป็น เมื่อไอ จาม ควรอ้าปากให้ลมออกจากปาก ควรรับประทานผักและผลไม้เป็นประจำดื่มน้ำบ่อยๆ เพื่อป้องกันท้องผูก
17. หลีกเลียงฝุ่น ควัน และลมแรงๆ ไม่ให้เข้าตา
18. อาบน้ำ แปรงฟันได้ตามปกติ
19. ใช้สายตาดูหนังสือ ทีวีได้ตามปกติ แต่ควรพักสายตาเป็นระยะๆ โดยละสายตาจากการดูใกล้ มองไปไกลๆ หรือพักหลับตาสักครู่ จิบอ่านหนังสือ หรือดูทีวีต่อ
20. ในระยะ 1 - 2 เดือน หลังผ่าตัด แพทย์จะนัดตรวจเป็นระยะๆ เมื่อแผลหาย และตาข้างที่ผ่าตัดแข็งแรงดีแล้ว แพทย์อาจไม่นัดอีก แต่ผู้ป่วยควรได้รับการตรวจสายตาทันทีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง หากมีโรคตาอื่นๆ เกิดขึ้น จะได้รับการรักษาทันที
21. ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น ตามัวลง ปวดตา ตาแดงมากขึ้น น้ำตาไหล มีขี้ตามาก ยาหยอดตาหมดหรือหาย ควรพบแพทย์ก่อนวันนัด

> กลับสารบัญ

อย่างไรก็ตามก่อนและหลังการผ่าตัด ผู้ป่วยควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด รับประทานยาและหยอดตาให้ครบตามที่แพทย์สั่ง เพื่อป้องกันผลข้างเคียงต่างๆ ที่อาจตามมา และเข้าพบแพทย์ตามนัดหมาย

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย

