การปฏิบัติตัว และอาการต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น
หลังการรักษาด้วยวิธี FemtoLASIK / LASIK ในช่วง 1 วัน ถึง 1 สัปดาห์

1. **การนัดตรวจติดตามอาการหลังการผ่าตัด FemtoLASIK / LASIK** : 1 วัน, 1 สัปดาห์, 1 เดือน, 3 เดือน และ 1 ปี
2. **ปิดฝาครอบตา ก่อนนอนทุกครั้ง** (ไม่ว่าจะนอนกลางวันหรือกลางคืน) เพื่อป้องกันการเผลอขยี้ตา เป็นเวลา 7 วัน หลังการผ่าตัด
3. **หยอดยาปฏิชีวนะ และ/หรือ ยาแก้อักเสบ** หยอดยาวันละ 4 ครั้งอย่างเคร่งครัด (ไม่ควรหยอดเกินวันละ 4 ครั้ง เพราะในยามีสารกันเสียอยู่ ซึ่งหากใช้ถี่มากเกินไป อาจไปรบกวนผิวตาทำให้ระคายเคืองตาได้ แต่จำเป็นต้องหยอดเพื่อป้องกันการติดเชื้อ) เช้า-กลางวัน-เย็น และก่อนนอน หยอดยา 7 วัน หรือจนกว่าจะพบแพทย์ครั้งต่อไป **แพทย์จะเป็นผู้สั่งหยุดยา**
4. **หยอดน้ำตาเทียมบ่อยๆ เพื่อป้องกันภาวะตาแห้ง** หยอดครั้งละ 1 หยด ทุกชั่วโมง หรือบ่อยตามต้องการ (น้ำตาเทียมชนิดหลอดเล็กๆ ปราศจากสารกันเสีย หากใช้ไม่หมดภายใน 24 ชั่วโมงหลังเปิดใช้ ต้องทิ้งไป)
5. **ห้ามไม่ให้น้ำเข้าตาเป็นเวลา 7 วันหลังการผ่าตัด** ควรสระผมที่ร้าน งดล้างหน้า ใช้การเช็ดหน้าแทน ผู้เข้ารับการรักษาอาบน้ำได้ตามปกติ แต่ระวังไม่ให้น้ำเข้าตา
6. **ห้ามขยี้ตาเด็ดขาด** ผู้เข้ารับการรักษาอาจมีอาการคันตาได้ เนื่องจากยังไม่สามารถล้างหน้าได้ หากมีอาการคันตา ผู้เข้ารับการรักษาล้างมือให้สะอาด ใช้นิ้วชี้แตะเบาๆ ที่หัวตาหรือหางตาเท่านั้น
7. **วิธีทำความสะอาดตาในตอนเช้า หากพบว่ามีขี้ตา** ให้หยอดตาด้วยน้ำตาเทียม 3-4 หยด เพื่อให้ตาแฉะๆ หลังจากนั้นใช้ Cotton Bud เขี่ยขี้ตาบริเวณหัวหรือหางตาออก บริเวณรอบๆ ดวงตา หน้าผาก โหนกแก้ม สันจมูก ให้ใช้สำลีชุบ Normal Saline เช็ดทำความสะอาด ส่วนหน้าบริเวณตั้งแต่ปลายจมูกลงมาสามารถล้างและแปรงฟันได้ตามปกติ แต่ระวังอย่าให้น้ำเข้าตา
8. **สุภาพสตรีสามารถแต่งหน้าได้ แต่ควรงด Eye Cream, Eye Makeup** ได้แก่ การทา Eye Shadow, ปัด Mascara, เขียน Eye Liner เป็นเวลา 14 วัน หลังการผ่าตัด
9. **งดการว่ายน้ำ, เล่นน้ำทะเล และการดำน้ำ เป็นเวลาอย่างน้อย 14 วัน**
10. **ยังไม่แนะนำให้ออกกำลังกายเป็นเวลา 7 วันหลังการผ่าตัด** เนื่องจากไม่ต้องการให้เหงื่อเข้าตา
11. **ควรหลีกเลี่ยงบริเวณที่มีฝุ่นละออง หรือควันมากๆ** เพราะจะทำให้เกิดอาการระคายเคืองหรือคันตาได้ หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ ควรสวมแว่นกันแดดที่สามารถป้องกันสิ่งแปลกปลอมที่เข้าตาได้
12. **สามารถทำงานได้ตามปกติ** แต่การมองเห็นอาจยังไม่คมชัดเต็มที่ ควรใช้สายตาหรือใช้คอมพิวเตอร์ในช่วงสั้นๆ โดยการหยุดพักบ่อยๆ ทุก 10-15 นาที เพื่อป้องกันอาการตาแห้ง และอาการล้าตา
13. **สามารถเดินทางโดยเครื่องบินได้ปกติ** แต่ควรหยอดน้ำตาเทียมบ่อยๆ หรือทุกๆ 30 นาที เนื่องจากอากาศในเครื่องบินมีความชื้นต่ำ ทำให้ตาแห้งได้
14. **การมองเห็นอาจแย่ลงได้ เมื่อเข้าไปในที่ที่มีแสงสว่างน้อย** เช่น ที่จอดรถ, ห้างสรรพสินค้า, โรงภาพยนตร์ โดยจะใช้เวลาในการปรับโฟกัสของตานานกว่าปกติ ดังนั้นจึงควรจัดสภาพแวดล้อมให้มีแสงสว่างเพียงพอในระยะแรกนี้ อาการนี้จะค่อยๆ ดีขึ้น
15. **อาจมีภาวะแสงกระจายได้ เมื่อสภาพแวดล้อมมืด** อาการนี้จะค่อยๆ ปรับตัวดีขึ้น
16. **การขับรถเองได้หรือไม่นั้น** ขอให้ผู้เข้ารับการรักษาพิจารณาเรื่องความปลอดภัยเป็นหลัก ควรขับด้วยความระมัดระวัง
17. **ผู้เข้ารับการรักษากลับมาตรวจหลังผ่าตัดครบ 1 สัปดาห์** ภายใน 5-10 วัน ตามที่ TRSC นัดหมาย **โดยท่านสามารถตรวจกับทีมแพทย์ TRSC ตามวันและเวลาที่ท่านสะดวก ซึ่งไม่จำเป็นต้องตรวจกับแพทย์ที่ทำผ่าตัดให้ท่านเท่านั้น**
18. **หากท่านมีอาการที่ไม่แน่ใจต้องการปรึกษาเพิ่มเติม** กรุณาโทรติดต่อที่หมายเลขโทรศัพท์ที่ปรึกษาประจำตัวของท่าน **หรือ TRSC Call Center 02 632 4500 หรือหมายเลขฉุกเฉิน 08 1174 1824 และ 08 1174 1825**

TRSC INTERNATIONAL EYE AND VISION CENTER
968 อาคารอื้อจือเหลียง ชั้น 6 ถนนพระรามที่ 4 สีลม บางรัก กรุงเทพฯ 10500
968 U Chu Liang Bldg 6th Fl. Rama IV Rd. Silom Bangrak Bangkok 10500
www.trsclasik.com
TRSC Call Center
+66 2 632 4500

การปฏิบัติตัว และอาการต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น
หลังการรักษาด้วยวิธี FemtoLASIK / LASIK ในช่วง 1 สัปดาห์ ถึง 1 เดือน

1. **หลังจากท่านเข้ารับการตรวจหลังผ่าตัด 1 สัปดาห์ ไม่มีข้อห้ามในการปฏิบัติตัวพิเศษใดๆ แล้ว** แพทย์จะอนุญาตให้ท่านล้างหน้า สระผม ทาครีมบำรุงผิวหน้าได้ตามปกติ และ**ไม่จำเป็นต้องใช้ฝาครอบตาก่อนนอนอีกต่อไป**
2. **หยุดยาปฏิชีวนะ และ/หรือ ยาแก้อักเสบตามที่แพทย์สั่ง** ไม่ควรเก็บยาไว้ใช้อีก โดยปกติยาหยอดตาหลังเปิดแล้ว มีอายุการใช้งาน 1 เดือนเท่านั้น และหากท่านมีอาการผิดปกติใดๆ ควรปรึกษาแพทย์ ไม่ควรใช้ยาเองโดยเด็ดขาด
3. **ควรหยอดน้ำตาเทียมชนิดที่ไม่มีสารกันเสีย อย่างน้อยวันละ 4 ครั้ง หรือตามที่แพทย์สั่งอย่างต่อเนื่องจนครบ 3 เดือนหลังการผ่าตัด** หรือหากใช้สายตามาก ใช้คอมพิวเตอร์มากก็สามารถหยอดได้บ่อยตามต้องการ
4. **สุภาพสตรียังคงงด Eye Cream, Eye Makeup** ได้แก่ การทา Eye Shadow, ปัด Mascara, เขียน Eye Liner **จนครบ 2 สัปดาห์หลังการผ่าตัด** จึงสามารถใช้ได้ตามปกติ
5. **ผู้เข้ารับการรักษาที่ต้องการใส่คอนแทคเลนส์แฟชั่น ควรใส่หลังการผ่าตัดอย่างน้อย 3 เดือน** โดยต้องได้รับอนุญาตจากแพทย์ และพึงระวังเรื่องอาการตาแห้ง
6. **สามารถเล่นกีฬา ออกกำลังกายได้ตามปกติ** หากมีเหงื่อเข้าตา ให้กระพริบตาหลายๆ ครั้ง อาการแสบตาจะทุเลาลง
   - **แต่หากเป็นกีฬาทางน้ำ สามารถเล่นได้เมื่อครบ 2 สัปดาห์หลังการผ่าตัด** อย่างไรก็ตามแพทย์ไม่แนะนำให้ท่านลืมตาในน้ำ ทั้งน้ำในสระและน้ำทะเล เนื่องจากน้ำในสระมีคลอรีน ซึ่งทำให้ระคายเคืองตา ส่วนน้ำทะเลอาจจะมีสิ่งสกปรกเจือปน ควรสวมแว่นกันน้ำเข้าตา หากท่านจะดำน้ำ
7. **ห้ามขยี้ตาเด็ดขาด** หากมีอาการคันตา ควรแตะที่หัวตาหรือหางตาเบาๆ จนกว่าจะพบแพทย์ครั้งต่อไป ซึ่งแพทย์แนะนำว่าไม่ควรขยี้ตา ไม่ว่าจะเข้ารับการรักษาภาวะสายตาผิดปกติหรือไม่ก็ตาม เพราะอาจทำให้เกิดการถลอกของผิวกระจกตา ซึ่งอาจนำมาสู่การติดเชื้อได้
8. **สามารถใช้สายตาได้ตามปกติ** ผู้เข้ารับการรักษาบางรายอาจจะยังมีอาการ
   - **อาการปวดตา ล้าตาขณะใช้สายตา** ควรพักสายตาโดยการหลับตาพักสักครู่ หรือมองไปไกลๆ โดยไม่เพ่งสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทุก 10-15 นาที แล้วค่อยกลับมาใช้สายตาใหม่
   - **การมองเห็นยังไม่คมชัด หรือยังไม่สามารถใช้สายตาได้ตามปกติ** ไม่ควรวิตกกังวลใดๆ ปล่อยให้ค่าสายตา และการมองเห็นปรับไปตามธรรมชาติ เพราะค่าสายตาและการมองเห็นจะคงที่อย่างน้อย 3 เดือนหลังการผ่าตัด
   - **ความคมชัดของการมองเห็น อาจมีความไม่คงที่เกิดขึ้นได้**
9. **อาจมีภาวะแสงกระจาย มองเห็นไฟเป็นแฉกมีรัศมีโดยรอบ หรือการปรับโฟกัสในที่มืดช้ากว่าปกติ** ผลข้างเคียงเหล่านี้จะค่อยๆ ลดลง และสามารถลดลงได้เรื่อย ๆ จนถึง 6 เดือนหลังการผ่าตัด ในผู้เข้ารับการรักษาบางราย การใช้แว่นตัดแสงกระจาย (แว่นเลนส์สีเหลือง) สำหรับขับรถตอนกลางคืนอาจช่วยได้บ้าง หรือการเปิดไฟในรถให้สว่างก่อนเข้าที่จอดรถ อาจช่วยในการปรับโฟกัสในที่มืดได้ดีขึ้น
10. **ผู้เข้ารับการรักษากลับมาตรวจหลังผ่าตัดครบ 1 เดือน** ตามที่ TRSC นัดหมาย **โดยท่านสามารถตรวจกับทีมแพทย์ TRSC ตามวันและเวลาที่ท่านสะดวก ซึ่งไม่จำเป็นต้องตรวจกับแพทย์ที่ทำผ่าตัดให้ท่านเท่านั้น**
11. **หากท่านมีอาการที่ไม่แน่ใจต้องการปรึกษาเพิ่มเติม** กรุณาโทรติดต่อที่หมายเลขโทรศัพท์ที่ปรึกษาประจำตัวของท่าน **หรือ TRSC Call Center 02 632 4500 หรือหมายเลขฉุกเฉิน 08 1174 1824 และ 08 1174 1825**

TRSC INTERNATIONAL EYE AND VISION CENTER
968 อาคารอื้อจือเหลียง ชั้น 6 ถนนพระรามที่ 4 สีลม บางรัก กรุงเทพฯ 10500
968 U Chu Liang Bldg 6th Fl. Rama IV Rd. Silom Bangrak Bangkok 10500
www.trsclasik.com
TRSC Call Center
+66 2 632 4500