

## مراقبت های بعد از عمل لیزیک

- قطره بتامتازون هر 6 ساعت یک قطره به مدت 2 هفته
- 2- قطره کلرامفنیکل هر 6 ساعت یک قطره تا 2 روز پس از برداشتن لنز
- 3- قطره اشک مصنوعی با دستور زیر مصرف شود:
- هر 6 ساعت یک قطره به مدت 5 هفته
- پس از آن هر 8 ساعت یک قطره به مدت 3 هفته
- سپس هر 12 ساعت یک قطره به مدت 3 هفته
- و پس از آن هر روز (24 ساعت) یک قطره به مدت 3 هفته
- 4- قطره دیکلوپتین یا بیوفناک هر 8 ساعت یک قطره به مدت 1 روز
- 5- قطره فلوکورت (FML) از آغاز هفته سوم بعد از عمل با قطع قطره بتامتازون شروع شده و به صورت زیر ادامه می یابد:
- 3 هفته هر 6 ساعت یک قطره
- و پس از آن 2 هفته هر 8 ساعت یک قطره
- سپس بسته به انتخاب جراح ممکن است قطره فلوکورت به این نحو ادامه یابد:
- 3 هفته هر 12 ساعت یک قطره
- و پس از آن 3 هفته روزی یک قطره (هر 24 ساعت)
- توجه: تجویز فوق یک دستور کلی است و بر حسب تشخیص پزشک ممکن است تغییراتی در آن ایجاد شود.

### نحوه مراجعه

- نحوه مراجعه بعد از اعمال جراحی سطحی مانند لازک

1-• هر روز تا زمان برداشتن لنز

2-• 1 ماه بعد از عمل

3-• 3 ماه بعد از عمل

4-• یک سال بعد از عمل

5-• و سپس سالانه

در ساعات اولیه پس از عمل ممکن است درد شدیدی را احساس کنید که داروهای خوراکی و قطره جهت کاهش آن تجویز شده است. در چند روز اول پس از عمل دچار اشکریزش، سوزش، احساس جسم خارجی، تاری دید و حساسیت به نور می شوید. در این روزها لازم است در منزل استراحت نمایید تا اپی تلیوم قرنیه ترمیم شود. این زمان به طور متوسط 5 روز است، ولی ممکن است طولانی تر شود. پس از ترمیم اپی تلیوم دید شما به تدریج شروع به بهتر شدن می کند، ولی اولین تعیین دید شما 4 هفته بعد از عمل صورت خواهد گرفت. در بعضی از موارد لازم است برای دستیابی به دید نهایی 10 تا 15 هفته بعد از عمل صبر کرد. حمام و شستشوی چشمها پس از ترمیم اپی تلیوم (به طور متوسط پس از 4 روز) و خارج کردن لنز پانسمانی مجاز است. استفاده از عینک آفتابی به خصوص پس از عمل PRK به مدت حداقل 3 ماه و حتی بیشتر در محیط بیرون توصیه می شود.

### نحوه شروع فعالیت های روزمره

- نحوه شروع فعالیت های روزمره بعد از اعمال جراحی سطحی مانند لازک

• بلافاصله بعد از عمل:

- بلافاصله بعد از عمل در منزل استراحت کنید. حتی الامکان از نگاه به نور مستقیم پرهیز نموده و ترجیحاً در صورتی که تماشای تلویزیون و یا کامپیوتر قابل تحمل نیست، از آن اجتناب نمایید.

- از شستشوی صورت و استحمام پرهیز نمایید.

- در صورتی که لنز تماسی به هر دلیل از چشم خارج شد، هیچ گونه تلاشی برای برگرداندن لنز به داخل چشم نکنید.

- از عینک های تیره استفاده کنید.

- داروها را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.

- رژیم غذایی محدودیتی ندارد.

- از انجام رانندگی خودداری کنید.

- گرفتن روزه بعد از اعمال جراحی سطحی بلامانع است.

- در هر بار مراجعه به پزشک داروهای خود را به همراه داشته باشید.

### روز اول بعد از عمل:

- توسط پزشک جراح ویزیت می شوید، در این ویزیت پزشک دستورات دارویی را متناسب با یافته های معاینه ارایه خواهد نمود.

- در صورتی که احساس ناراحتی زیاد نباشد، می توانید فعالیت های سبک روزانه را شروع کنید.

- همچنان از انجام رانندگی پرهیز نمایید.

روز دوم، سوم و چهارم:

- برای معاینه مجدد به پزشک خود مراجعه نموده و دستورات جدید را دریافت نمایید.
- در صورت ترمیم کامل پوشش قرنیه، پزشک لنز تماسی را از روی چشم بر خواهد داشت.
- در صورت برداشتن لنز تماسی، شستشوی صورت و استحمام مجاز خواهد بود.
- شنا تا 3 هفته ممنوع است.
- آرایش چشم‌ها تا یک هفته ممنوع خواهد بود.
- انجام رانندگی تا یک هفته بعد از عمل ممنوع می‌باشد.
- انجام نرمش در پایان هفته اول بلامانع است.

هفته چهارم:

برای ویزیت مجدد و تعیین اولین دید بعد از عمل به پزشک خود مراجعه کنید.

ماه اول:

- انجام ورزش‌های راکتی مانند تنیس، اسکواش، بدمینتون (با استفاده از عینک‌های محافظ چشم) بلامانع است.
- شنا، شیرجه، قایقرانی، برنزه کردن پوست، موتورسواری، دوچرخه‌سواری، بسکتبال، فوتبال، والیبال، هاکی، اسکی و سایر ورزش‌هایی که در آنها تماس فیزیکی وجود دارد، قابل انجام می‌باشند، اما مراقب باشید تا به چشم ضربه مستقیم وارد نشود.

ماه سوم:

- در انجام ورزش‌هایی مانند اسکی روی آب و موج‌سواری که احتمال ورود آب با فشار به چشم وجود دارد، بسیار احتیاط کنید.
- لنزهای زیبایی را پس از سه ماه بعد از عمل می‌توانید استفاده کنید.

• اقدامات لازم بعد از لیزیک

دستورات داروئی

• دستورات داروئی بعد از لیزیک

- 1- قطره بتامتازون هر 2 ساعت یک قطره به مدت 24 ساعت و سپس هر 6 ساعت یک قطره به مدت 5 روز در ساعات بیداری.
- 2- قطره کلرامفینیکل هر 4 ساعت یک قطره به مدت 3 روز.
- 3- قطره اشک مصنوعی هر 6 ساعت یک قطره در صورت نیاز در هفته‌ها و ماه‌های اول پس از عمل.