

คำแนะนำสำหรับผู้ที่ทำ LASIK

สายตาผิดปกติ เกิดจากความโค้งเว้าของกระจกตาที่ไม่เหมาะสม ทำให้ภาพตกก่อนหรือหลังจอประสาทตาภาพที่มองเห็นจึงไม่ชัดเจน การรักษาด้วยวิธี LASIK (Laser In Situ Keratomileusis) คือการรักษาสายตาสั้น สายตายาวและสายตาเอียง โดยการเปิดกระจกตาด้านนอกออก แล้วใช้ Excimer เลเซอร์สลایกระจกตาด้านในจนได้ความโค้งที่เหมาะสมที่ภาพจะตกตรงจอประสาทตาพอดีเพื่อการมองเห็นที่ชัดเจน จากนั้นจึงปิดกระจกตาที่เปิดไว้ลงดังเดิม โดยไม่มีการเย็บแผลหรือฉีดยา กระจกตาจะสมานคืนสู่ปกติได้อย่างรวดเร็วภายใน 24 ชั่วโมง

จุดเด่นของวิธี LASIK

- มองเห็นชัดเจนในเวลาทีรวดเร็ว
- มีผลข้างเคียงน้อย
- เป็นการรักษาสายตาแบบถาวร
- ไม่ต้องฉีดยา และไม่มีการเย็บแผล
- สามารถใช้ร่วมกับการรักษาสายตาแบบอื่นได้ เพื่อให้ผลการรักษาที่ดีที่สุด

ผู้ที่เหมาะสมกับวิธี LASIK

1. ควรมีอายุ 18 ปีขึ้นไป
2. มีสายตาคงที่หรือเปลี่ยนแปลงไม่เกิน 50 (0.5D) มาประมาณ 1 ปี
3. มีปัญหาสายตาในระดับ ดังต่อไปนี้
 - สายตาสั้น 100 ถึง 1200
 - สายตายาว 100 ถึง 600
 - สายตาเอียง 100 ถึง 600
4. ไม่มีอาการบาดเจ็บทางตาและโรคตาที่มีผลต่อการรักษา เช่น โรคเบาหวาน (Diabetes Mellitus) โรคไขข้ออักเสบเรื้อรัง (Rheumatoid Arthritis) และ โรคภูมิแพ้ SLE
5. ไม่อยู่ในระหว่างการตั้งครรภ์ หรือให้นมบุตร

การเตรียมตัวก่อนและหลังการทำ LASIK

1. การศึกษาข้อมูล

ควรศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการรักษาความผิดปกติของสายตาสั้น ยาว เอียง หรือสายตาวายตามอายุ รวมทั้งผลข้างเคียง และสอบถามข้อมูลอย่างละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล โทร 0-2639-3355 info@rutningimbel.com

2. การตรวจประเมินสภาพตาอย่างละเอียดก่อนการทำ LASIK (Pre-operative Assessment)

ผู้สนใจทำ LASIK จะได้รับการตรวจสายตาและสภาพตาอย่างละเอียด เพื่อเป็นข้อมูลให้จักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญใช้ในการวินิจฉัยความพร้อมของดวงตา และเลือกวิธีการรักษาที่เหมาะสมที่สุดสำหรับท่าน

เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับท่าน ทางศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล ได้จัดระบบการนัดหมายล่วงหน้าให้ท่านสามารถนัดวันและเวลาที่สะดวกในการพบแพทย์ เพื่อขอรับการตรวจสภาพตาเบื้องต้น ตามวันและเวลาทำการ ดังนี้

จันทร์ – เสาร์	เวลา	08.00 – 19.00 น.
อาทิตย์	เวลา	08.00 – 17.30 น.
วันหยุดนักขัตฤกษ์	เวลา	08.00 – 16.00 น.

การเตรียมตัวก่อนการตรวจประเมินสภาพตา

1. ท่านที่ใส่คอนแทคเลนส์ กรุณางดใส่อย่างน้อย 7 วันก่อนวันตรวจสำหรับเลนส์แบบนิ่ม (Soft Contact Lens) และงดใส่อย่างน้อย 3 สัปดาห์ก่อนวันตรวจ สำหรับคอนแทคเลนส์แบบแข็ง (Hard Contact Lens) หรือคอนแทคเลนส์ชนิดกึ่งนิ่มกึ่งแข็ง (Gas Permeable Contact Lens)
2. ในวันตรวจท่านไม่ควรขับรถกลับบ้าน เพราะในการตรวจประเมินสภาพตา แพทย์จะขยายม่านตาซึ่งทำให้การมองเห็นเปลี่ยนไป เนื่องจากตาจะรับแสงได้มากกว่าปกติ หลังการขยายม่านตาประมาณ 4 – 6 ชั่วโมง ท่านจะมองใกล้ไม่ชัด จึงไม่เหมาะกับการอ่านหนังสือ
3. การตรวจประเมินสภาพตาอย่างละเอียดใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนการตรวจประเมินสภาพตา

1. ท่านจะได้รับการวัดความหนา ความโค้งของกระจกตา และทำแผนภูมิของกระจกตา เพื่อดูว่ากระจกตามีความหนาและความโค้งที่เหมาะสมสำหรับการทำ LASIK หรือไม่
2. จากนั้นท่านจะได้รับการวัดค่าความเบี่ยงเบนในการมองเห็น (Optical Aberration) ที่ทำให้เกิดสายตาผิดปกติ
3. จักษุแพทย์จะขยายม่านตาและตรวจสภาพตาอย่างละเอียด เพื่อให้มั่นใจว่าดวงตาของท่านอยู่ในสภาพที่พร้อมและไม่มีโรคตาอื่น ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการทำ LASIK เช่น โรคต้อหิน โรคต้อกระจก และโรคเกี่ยวกับจอประสาทตา

เมื่อจักษุแพทย์วินิจฉัยว่าท่านสามารถรับการรักษาด้วยวิธี LASIK ได้อย่างปลอดภัยแล้ว จักษุแพทย์จะทำการเลือกโปรแกรมการรักษาที่เหมาะสมที่สุดกับสภาพตาของท่าน ท่านสามารถนัดหมายวันและ เวลาที่สะดวก โดยห้องผ่าตัดจะเปิดให้บริการในวันอังคาร วันพุธ ,วันศุกร์และวันเสาร์

3. การทำ LASIK

การทำ LASIK ควรทำหลังจากการประเมินสภาพตาอย่างละเอียดอย่างน้อย 1 วัน เนื่องจากในการตรวจสภาพตาจักษุแพทย์จะขยายม่านตาเพื่อตรวจจอประสาทตา ดังนั้นจึงต้องรอให้ม่านตาหดตัวกลับเข้าที่ก่อนซึ่งโดยทั่วไปจะใช้เวลา 4 – 6 ชั่วโมง

การเตรียมตัวเพื่อทำ LASIK

1. ก่อนทำ LASIK งดยืมคอนแทกเลนส์ชนิดนิ่ม (Soft Contact Lens) อย่างน้อย 7 วัน และสำหรับคอนแทกเลนส์ชนิดแข็ง (Hard Contact Lens) หรือคอนแทกเลนส์ชนิดกึ่งนิ่มกึ่งแข็ง (Gas Permeable Contact Lens) งดยืมอย่างน้อย 3 สัปดาห์
2. ในวันทำ LASIK งดยืมเครื่องสำอางบนใบหน้า และบริเวณรอบดวงตาทุกชนิด
3. งดยืมสเปรย์ โคลโลญจน์ และน้ำหอม เพราะจะทำให้การทำงานของแสงเลเซอร์ผิดปกติ
4. งดสวมเสื้อที่มีกระดุมหน้า หรือเสื้อคอกว้างเพราะการสวมเสื้อแบบสวมศีรษะ หรือเสื้อคอกลมแบบคับๆ อาจทำให้เกิดครูดดวงตาหลังการทำผ่าตัดได้
5. สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติ
6. ควรทำความเข้าใจถึงการใช้จ่าย และการปฏิบัติตัวหลังการผ่าตัดอย่างละเอียด
7. ควรมีญาติหรือเพื่อนพากลับบ้านหลังผ่าตัด

ขั้นตอนการทำ LASIK

1. เตรียมความพร้อมก่อนเข้าห้องเลเซอร์ อาทิ ทำความสะอาดใบหน้าและบริเวณรอบดวงตา จากนั้นเจ้าหน้าที่จะหยอดยาชาที่ดวงตาให้กับท่าน
2. จักษุแพทย์จะใช้เครื่องมือแยกชั้นกระจกตาและฉายแสงเลเซอร์ลงบนดวงตาของท่าน ระหว่างนั้นท่านจะรู้สึกหนักบ้างที่บริเวณดวงตาแต่จะไม่รู้สึกเจ็บปวดแต่อย่างใด
3. หลังทำ LASIK ท่านสามารถกลับไปพักผ่อนที่บ้านได้ทันที โดยปิดตาไว้เพื่อป้องกันการอักเสบและการติดเชื้อ
4. จักษุแพทย์จะนัดท่านมาตรวจดูสภาพตาหลังการทำ LASIK ในวันรุ่งขึ้น ท่านสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติ แต่ไม่ควรใช้สายตามากในช่วง 1 – 2 วัน หลังการทำ LASIK และควรปฏิบัติตามคำแนะนำหลังการผ่าตัดอย่างเคร่งครัด

การปฏิบัติตัวหลังการทำ LASIK

1. ควรปิดฝาครอบตา (eye shield) ก่อนนอนทุกครั้ง เป็นเวลา 7 วัน เพื่อป้องกันการขยี้ตาโดยบังเอิญในเวลาหลับ
2. ในช่วงสัปดาห์แรก ไม่ควรใช้สายตาต่อเนื่องกันเป็นเวลานาน ๆ เพราะจะทำให้ระคายเคืองตามากขึ้น
3. ควรระวังไม่ให้น้ำเข้าตา และหลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีฝุ่นละอองหรือควันบุหรี่ เป็นเวลา 7 วัน
4. หลีกเลี่ยงการสวมเสื้อผ้าทางศีรษะ โดยเฉพาะเสื้อคอกลมที่คับ ๆ ประมาณ 1 สัปดาห์
5. ห้ามว่ายน้ำเป็นเวลา 2 สัปดาห์หลังทำ LASIK เพื่อป้องกันการติดเชื้อ สำหรับการว่ายน้ำทะเลหรือการดำน้ำควรงดประมาณ 3 สัปดาห์
6. ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ อย่างไรก็ตามประมาณ 1-2 สัปดาห์แรก ควรงดการออกกำลังกายที่กระทบกระเทือนบริเวณตาและควรระวังไม่ให้เหงื่อเข้าตา
7. ควรสวมแว่นกันแดดทุกครั้งเมื่อออกกลางแจ้งอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อป้องกันแสงแดด ลม และฝุ่นละออง
8. สามารถแต่งตาโดยใช้มาสคาร่า อายไลน์เนอร์ หรืออายแชโดว์ได้หลังจากผ่าตัด 1 สัปดาห์

4. การตรวจติดตามผลหลังทำ LASIK

หลังทำ LASIK จักษุแพทย์จะนัดตรวจเพื่อติดตามดูความเรียบร้อยของสภาพดวงตา และวัดค่าสายตาของท่านจำนวน 6 ครั้ง คือ 1 วัน , 1 สัปดาห์ , 1 เดือน , 3 เดือน , 6 เดือน และ 1 ปี เพื่อให้มั่นใจว่า ผลการรักษาสายตาของท่านเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และท่านได้รับความพึงพอใจสูงสุด

อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าการรักษาด้วยวิธี LASIK จะได้รับความนิยมมากที่สุดในปัจจุบัน แต่เนื่องจากดวงตาของแต่ละบุคคลมีความแตกต่าง ดังนั้นการรักษาด้วยวิธี LASIK อาจไม่ใช่ทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับท่าน

ในกรณีที่ไม่สามารถรักษาด้วยวิธี LASIK ได้ ทางศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล มีทางเลือกอื่นในการรักษาสายตา เพื่อประสิทธิภาพการรักษาที่เหมาะสมที่สุดกับลักษณะเฉพาะของดวงตาแต่ละดวง อาทิ วิธี PRK , LASEK , เลนส์ปรับสภาพสายตา , เลนส์เสริม , เลนส์แก้วตาเทียม และการแก้ไขสายตาวตามอายุ

ท่านสามารถรับคำปรึกษาและรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรักษาสายตาสั้น ยาว เอียงและสายตาวตามอายุด้วยวิธีต่าง ๆ ได้ที่

ศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล

ชั้น 2 โรงพยาบาลจักษุ รัตนิน ถนนสุขุมวิท 21

แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทร. 0-2639-3355 แฟกซ์ 0-2639- 3311

E-mail : info@rutningimbel.com

www.rutningimbel.com