

คำแนะนำสำหรับผู้ทำ PRK

สายตาผิดปกติเกิดจากความโค้งเว้าของกระจกตาที่ไม่เหมาะสมทำให้ภาพตกก่อนหรือหลังจอประสาทตา ภาพที่มองเห็นจึงไม่ชัดเจน การรักษาด้วยวิธี PRK (Photorefractive Keratectomy) คือ การรักษาสายตาสั้น สายตายาว และสายตาเอียง โดยการขูดผิวชั้นนอก (Epithelium) ของกระจกตาออกไป แล้วใช้ Excimer Laser สลายกระจกตาด้านในจนได้ความโค้งที่เหมาะสมที่ภาพจะตกตรงจอประสาทตาพอดี เพื่อการมองเห็นที่ชัดเจน

จุดเด่นของวิธี PRK

- เป็นการรักษาสายตาแบบถาวรไม่มีการผ่าตัด
- ไม่ต้องฉีดยาชา และไม่มีแผล
- ไม่มีรอยแผลจากการผ่าตัด
- กระจกตาที่ได้รับการปรับแต่งยังคงความสมบูรณ์ และความแข็งแรง

ผู้ที่เหมาะสมกับวิธี PRK

1. ควรมีอายุ 18 ปีขึ้นไป
2. มีสายตาคงที่หรือเปลี่ยนแปลงไม่เกิน 50 (0.5 D) มาประมาณ 1 ปี
3. มีปัญหาสายตาในระดับ ดังต่อไปนี้
 - สายตาสั้น 100 ถึง 800
 - สายตายาว 100 ถึง 400
 - สายตาเอียง 100 ถึง 600
4. ไม่มีปัญหาทางตา และโรคตาที่มีผลต่อการรักษา เช่น โรคต้อหิน , ต้อกระจก , สายตาสั้นเกียด , จอประสาทตาเสื่อม, ตาแห้งอย่างรุนแรง, โรคเกี่ยวกับกระจกตา เช่นกระจกตาโป่ง(Keratoconus) เป็นต้น
6. ไม่มีโรคทางระบบภูมิคุ้มกัน (Auto-immune diseases) เช่น โรคไขข้ออักเสบเรื้อรัง (Rheumatoid Arthritis) โรคภูมิแพ้ SLE (Systemic Lupus Erythematosus) เป็นต้น
7. ไม่เป็นโรคหรืออาการที่มีปัญหาต่อการสมานแผล เช่น โรคเบาหวาน หรือผู้มีภาวะการสมานของแผลที่ผิดปกติ (Keloid)
8. ไม่อยู่ในระหว่างตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร
9. ไม่ได้ใช้ฮอร์โมนต่างๆ เช่น Growth ฮอร์โมน เป็นต้น

การเตรียมตัวก่อนและหลังการทำ PRK

1. การศึกษาข้อมูล

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

2. การตรวจประเมินสภาพตาอย่างละเอียดก่อนการทำ PRK (Pre-operative Assessment)

ผู้สนใจทำ PRK 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 วันก่อนวันตรวจ สำหรับเลนส์แบบนิ่ม (Soft contact lens) และงดใส่อย่างน้อย 3 สัปดาห์ก่อนวันตรวจ สำหรับคอนแทคเลนส์แบบแข็ง (Hard contact lens) หรือคอนแทคเลนส์ชนิดกึ่งนิ่มกึ่งแข็ง (Gas Permeable Contact lens)
2. ในวันตรวจท่านไม่ควรขับรถกลับบ้านเอง เพราะในการตรวจประเมินสภาพตา แพทย์จะขยายม่านตาซึ่งทำให้การมองเห็นเปลี่ยนไป เนื่องจากตาจะรับแสงได้มากกว่าปกติ หลังการขยายม่านตาประมาณ 4 – 6 ชั่วโมง ท่านจะมองใกล้ไม่ชัด จึงไม่เหมาะกับการอ่านหนังสือ
3. การตรวจประเมินสภาพตาอย่างละเอียดใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนการตรวจประเมินสภาพตา

1. ท่านจะได้รับการวัดความหนา ความโค้งของกระจกตา และทำแผนภูมิของกระจกตา เพื่อดูว่ากระจกตามี ความหนาและความโค้งที่เหมาะสมสำหรับการทำ PRK หรือไม่
2. จากนั้นท่านจะได้รับการวัดค่าความเบี่ยงเบนในการมองเห็น (Optical Aberration) ที่ทำให้เกิดสายตาสีดผิดปกติ
3. จักษุแพทย์จะขยายม่านตาและตรวจสภาพตาอย่างละเอียด เพื่อให้มั่นใจว่าดวงตาของท่านอยู่ในสภาพที่พร้อมและไม่มีโรคตาอื่น ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการทำ PRK เช่น โรคต้อหิน โรคต้อกระจก และโรค เกี่ยวกับจอประสาทตา

เมื่อจักษุแพทย์วินิจฉัยว่าท่านสามารถรับการรักษาด้วยวิธี PRK ได้อย่างปลอดภัยแล้ว จักษุแพทย์จะทำการเลือกโปรแกรมการรักษาที่เหมาะสมที่สุดกับสภาพตาของท่าน ท่านสามารถนัดหมายวันและ เวลาที่สะดวกโดยห้องผ่าตัดจะเปิดให้บริการในวันอังคาร , วันพุธ , วันศุกร์และวันเสาร์

3. การทำ PRK

การทำ PRK ควรทำหลังจากการประเมินสภาพตาอย่างละเอียดอย่างน้อย 1 วัน เนื่องจากในการ ตรวจสภาพตาจักษุแพทย์จะขยายม่านตาเพื่อตรวจจอประสาทตา ดังนั้นจึงต้องรอให้ม่านตาหดตัวกลับเข้าที่ก่อนโดยทั่วไปจะใช้เวลา 4 – 6 ชั่วโมง

การเตรียมตัวเพื่อทำ PRK

1. ก่อนทำ PRK งดใช้คอนแทกเลนส์ชนิดนิ่ม (Soft Contact Lens) อย่างน้อย 7 วัน และสำหรับคอนแทก เลนส์ชนิดแข็ง (Hard Contact Lens) หรือคอนแทกเลนส์ชนิดกึ่งนิ่มกึ่งแข็ง (Gas Permeable Contact Lens) งดใช้อย่างน้อย 3 สัปดาห์
2. ในวันทำ PRK งดใช้เครื่องสำอางบนใบหน้า และบริเวณรอบดวงตาทุกชนิด
3. งดฉีดสเปรย์ โคลโลญจน์ และน้ำหอม เพราะจะทำให้การทำงานของแสงเลเซอร์ผิดปกติ
4. งดสวมเสื้อที่มีกระดุมหน้า หรือเสื้อคอกว้างเพราะการสวมเสื้อแบบสวมศีรษะ หรือเสื้อคอกลมแบบคับๆ อาจทำให้กอดรัดดวงตาหลังการทำผ่าตัดได้
5. สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติ
6. ควรทำความเข้าใจถึงการใช้จ่าย และการปฏิบัติตัวหลังการทำผ่าตัดอย่างละเอียด
7. ควรมีญาติหรือเพื่อนพากลับบ้านหลังผ่าตัด

ขั้นตอนการทำ PRK

1. เตรียมความพร้อมก่อนเข้าห้องเลเซอร์ อาทิ ทำความสะอาดใบหน้าและบริเวณรอบดวงตา จากนั้นเจ้าหน้าที่จะหยอดยาชาที่ดวงตาให้กับท่าน
2. จักษุแพทย์ทำการขูดผิวชั้นกระจกตา (Epithelium) ออกและฉายแสงเลเซอร์ลงบนดวงตาของท่าน ระหว่างนั้นท่านจะรู้สึกเจ็บปวดแต่อย่างไร
3. หลังทำ PRK จักษุแพทย์จะใส่คอนแทกเลนส์ให้เพื่อช่วยลดอาการระคายเคืองตาและท่านสามารถกลับไปพักผ่อนที่บ้านได้ทันทีโดยจะมีฝาครอบตา (Moist chamber eyeshield) ปิดไว้เพื่อป้องกันการอักเสบและการติดเชื้อ
4. ใน 3-5 วันแรกหลังทำ PRK จักษุแพทย์จะนัดท่านมาตรวจสภาพตาเพื่อดูการสมานของผิวกระจกตา ในช่วงสัปดาห์แรกการมองเห็นอาจจะไม่ชัดเจนนัก เนื่องจากอยู่ในช่วงสมานของเนื้อเยื่อกระจกตา หลังจากนั้นหากผิวกระจกตาสมานตัวดี จักษุแพทย์จะถอดคอนแทกเลนส์ออก การมองเห็นจะค่อย ๆ ดีขึ้นโดยทั่วไปใช้เวลาประมาณ 3-4 สัปดาห์

การปฏิบัติตัวหลังการทำ PRK

1. ควรปิดฝาครอบตา (eye shield) ก่อนนอนทุกครั้ง ตลอดเวลาที่ท่านใส่คอนแทกเลนส์ เพื่อป้องกันการขี้ตาโดยบังเอิญในเวลาหลับ
2. ในช่วงสัปดาห์แรก ไม่ควรใช้สายตาดูต่อเนื่องกันเป็นเวลานาน ๆ เพราะจะทำให้ระคายเคืองตามากขึ้น
3. ควรระวังไม่ให้น้ำเข้าตา และหลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีฝุ่นละอองหรือควันบุหรี่ เป็นเวลา 7 วัน
4. หลีกเลี่ยงการสวมเสื้อผ้าทางศีรษะโดยเฉพาะเสื้อคอกลมที่คับ ๆ ประมาณ 1 สัปดาห์
5. ห้ามว่ายน้ำเป็นเวลา 3 สัปดาห์หลังทำ PRK เพื่อป้องกันการติดเชื้อ สำหรับการดำน้ำควรงดประมาณ 1 เดือน
6. ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ อย่างไรก็ตามประมาณ 1-2 สัปดาห์แรก ควรงดการออกกำลังกายที่กระทบกระเทือนบริเวณตาและควรระวังไม่ให้เหงื่อเข้าตา
7. ควรสวมแว่นกันแดดทุกครั้งเมื่อออกกลางแจ้งอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อป้องกันแสงแดด ลม และฝุ่นละออง
8. สามารถแต่งตาโดยใช้มาสคาร่า อายไลน์เนอร์ หรืออายแชโดว์ได้หลังจากผ่าตัด 1 สัปดาห์

4. การตรวจติดตามผลหลังทำ PRK

หลังทำ PRK จักษุแพทย์จะนัดตรวจเพื่อติดตามดูความเรียบร้อยของสภาพดวงตา และวัดค่าสายตาของท่านอยู่เสมอ เพื่อให้มั่นใจว่าผลการรักษาสายตาของท่านเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และท่านได้รับความพึงพอใจสูงสุด

- 3 – 5 วัน หลังจากการผ่าตัดจะต้องมาพบจักษุแพทย์ทุกวัน เพื่อดูการสมานของผิวกระจกตา หากกระจกสมานตัวดี จักษุแพทย์จะถอดคอนแทกเลนส์ออก
- จักษุแพทย์จะนัดตรวจประมาณ 1 สัปดาห์ , 1 เดือน , 3 เดือน , 6 เดือน และ 1 ปี (อาจจะมีความแตกต่างในแต่ละท่าน ตามจักษุแพทย์แนะนำ) และในระหว่างนั้นจะมีการปรับยาตามความเหมาะสมซึ่งโดยทั่วไปผู้ที่ทำ PRK จะต้องมียาหยอดตาเพื่อป้องกันผลข้างเคียง โดยใช้หยอดตาทุกวันประมาณ 3 – 6 เดือน

อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าการรักษาด้วยวิธี PRK จะได้รับความนิยมมากที่สุดวิธีหนึ่ง แต่เนื่องจากดวงตาของแต่ละบุคคลมีความแตกต่าง ดังนั้นการรักษาด้วยวิธี PRK อาจไม่ใช่ทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับท่าน

ในกรณีที่ไม่สามารถรักษาด้วยวิธี PRK ได้ ทางศูนย์เลสิกและรักษาสายตารัตนิน-กิมเบล มีทางเลือกอื่นในการรักษาสายตา เพื่อประสิทธิภาพการรักษาที่เหมาะสมที่สุดกับลักษณะเฉพาะของดวงตาแต่ละดวง อาทิ วิธี LASIK , LASEK , เลนส์ปรับสภาพสายตา , เลนส์เสริม , เลนส์แก้วตาเทียม และการแก้ไขสายตาตามอายุ ท่านสามารถรับคำปรึกษาและรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรักษาสายตาสั้น ยาว เอียงและสายตาตามอายุด้วยวิธีต่าง 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