

Hạng mục chú ý sau phẫu thuật mắt tuổi trung niên

— Tư thế

Trong vòng 3 đến 4 ngày sau phẫu thuật, để giúp giảm sưng bạn nên đi ngủ với tư thế nâng cao thân trên. Tuy nhiên, đây không phải là một tư thế nhất định phải làm nên nếu thấy không thoải mái thì có thể ngủ với tư thế chuẩn là nằm ngửa.

— Sưng

1. Ngay sau khi phẫu thuật, hai mắt có thể không cân đối hoàn toàn. Do các mô xung quanh mắt bị sưng nên cho dù chỉ là sự chênh lệch nhỏ cũng có thể thấy mất cân bằng giữa hai bên mắt.
2. Hầu hết các vết sưng lớn sẽ biến mất trong vòng 1 tuần sau phẫu thuật, những vết sưng nhỏ có thể kéo dài từ 1 đến 3 tháng.
3. Trong 3 ngày đầu sau phẫu thuật hãy chườm lạnh để giúp giảm sưng và bầm, sau đó thì không nhất thiết phải chườm lạnh nữa. Nếu bị bầm tím nhiều thì sau khi chườm lạnh trong 3 ngày xong thì chuyển sang chườm ấm để giúp tan bầm tím.

Lưu ý khi chườm ấm

- Làm nóng túi chườm bằng cách cho túi chườm ngâm trong nước ấm (**Tuyệt đối không sử dụng lò vi sóng làm ấm túi chườm vì có thể gây vỡ nổ túi chườm**)
- Vì sau khi phẫu thuật, có thể mất cảm giác tạm thời xung quanh vùng phẫu thuật. Vì vậy, khi chườm ấm, hãy nhớ kiểm tra nhiệt độ của túi chườm trên vùng da khác như mặt trong của cánh tay để tránh bị bỏng khi chườm lên vùng phẫu thuật.

— Chăm sóc vết thương

1. Không được dụi mắt hoặc cố ý nhắm chặt mắt.
2. Ngay sau khi phẫu thuật, có thể bị chảy máu tại vị trí phẫu thuật.
3. Sẽ cắt chỉ trong vòng 3 đến 10 ngày kể từ ngày phẫu thuật tùy thuộc vào mức độ lành vết thương.
4. Lấy một ít thuốc mỡ đặt vào đầu tăm bông và bôi vào vị trí phẫu thuật 2 lần 1 ngày (sáng, tối). Nếu mắt bị khô, có thể bôi thuốc mỡ vào mắt trước khi ngủ.
5. Tuyệt đối không cạy lớp vảy bám chắc ở vùng phẫu thuật.

— Rửa mặt, tắm rửa và trang điểm

1. Từ ngày thứ 3 đến ngày thứ 4 sau phẫu thuật, có thể để nước sạch chạm nhẹ vào vết thương, tuy nhiên tuyệt đối không để nước chạm vào vị trí vết mổ cho tới khi tháo chỉ.



Hạng mục chú ý sau phẫu thuật mắt tuổi trung niên

2. Sau khi cắt chỉ một ngày, có thể rửa mặt và trang điểm nhẹ nhàng (trang điểm cơ bản, đánh kem nền, cushion,...)
 - Không dụi mắt và không ấn mạnh vào mắt.
 - Đối với trường hợp phẫu thuật tái sắp xếp bọng mỡ dưới mắt, có thể rửa mặt nhẹ nhàng sau phẫu thuật 3 ngày. Tuy nhiên, quy định về rửa mặt có thể thay đổi tùy thuộc vào phương pháp phẫu thuật.
 - Có thể trang điểm mắt đậm sau phẫu thuật 3 tuần, nên dùng nước tẩy trang mắt chuyên dụng và rửa mặt nhẹ nhàng.
3. Có thể gắn lông mi giả và xăm lông mày sau phẫu thuật 1 tháng.
4. Có thể đeo lens mắt, đeo kính áp tròng sau phẫu thuật 3 tuần.
5. Không tắm hơi và bơi lội trong vòng một tháng sau khi phẫu thuật.

— Tập thể dục

Có thể tập thể dục nhẹ nhàng sau phẫu thuật 1 tuần và sau 1 tháng có thể tập thể dục mạnh (tập thể hình, leo núi, bơi lội, ...).

— Uống thuốc

1. Sau khi xuất viện, vui lòng uống thuốc được kê đúng giờ và đều đặn theo hướng dẫn. **Nếu sau khi dùng thuốc xuất hiện các triệu chứng như tiêu chảy, nổi mề đay, hãy ngừng thuốc và liên hệ ngay với bệnh viện.**
2. Trong đơn thuốc của bệnh viện đã bao gồm cả thuốc giảm đau, tuy nhiên **sau khi uống vẫn còn đau nhiều thì có thể dùng thêm 1 viên Tylenol (thuốc giảm đau).**
3. Không dùng vitamin tổng hợp (đặc biệt là vitamin E) và thuốc bổ trong vòng phẫu thuật 1 tháng sau phẫu thuật vì chúng có thể gây chảy máu. Không dùng aspirin trong vòng 1 tuần, trừ khi thật sự cần thiết.
4. **Tuyệt đối không uống thuốc giảm sưng vì đây có thể là nguyên nhân gây chảy máu.**

— Hút thuốc và uống rượu

Không hút thuốc lá và uống rượu bia trong vòng 1 tháng sau khi phẫu thuật.

Uống rượu bia có thể gây viêm tại vùng phẫu thuật và khiến tình trạng sưng viêm trở nên nghiêm trọng hơn.



Hạng mục chú ý sau phẫu thuật mắt tuổi trung niên

Hút thuốc cũng có thể làm chậm quá trình hồi phục và tăng nguy cơ nhiễm trùng.

— Tái khám

1. Có thể bị bầm tím, xuất huyết trong mắt, phù kết mạc kéo dài từ 2 đến 3 tuần. Đặc biệt nếu phẫu thuật mở góc mắt sau, góc mắt dưới thì tình trạng đó có thể trở nên nặng hơn, nhất là đối với những bệnh nhân phẫu thuật lần đầu đều sẽ cảm thấy lo lắng. Nhưng tất cả các tình trạng đó sẽ biến mất hoàn toàn, tùy theo mức độ nặng hay nhẹ thì sẽ mất thời gian hồi phục khác nhau.
2. Mắt sẽ vào dáng hoàn toàn sau 3 đến 6 tháng. Ban đầu do vết sưng nên có thể xảy ra tình trạng không cân xứng giữa hai bên mắt, tuy nhiên tình trạng đó sẽ được cải thiện theo thời gian.
3. Sau khi phẫu thuật có một số trường hợp mắt có thể không nhìn thấy rõ nét hoặc cảm giác có dị vật, cộm mắt, bị chói mắt. Tình trạng này sẽ dần biến mất theo thời gian. Nếu cảm thấy không thoải mái, hãy nhỏ nước nhỏ mắt thường xuyên.
4. Trong trường hợp thực hiện phẫu thuật sắp xếp dàn đều mỡ mí mắt qua đường kết mạc, đến khoảng 1 tuần sau phẫu thuật vẫn có thể xuất hiện máu đọng chảy ra giống như nước mắt máu. Đây không phải là tình trạng chảy máu nên không cần quá lo lắng. Tuy nhiên, nếu triệu chứng kéo dài, vui lòng đến bệnh viện để được kiểm tra.
5. Hãy cẩn thận không dùng lực hoặc tác động lực lên mặt sau khi phẫu thuật trẻ hóa mí mắt dưới vì có nguy cơ chảy máu.

Trường hợp khách hàng nhận phẫu thuật bằng phương pháp cắt rạch (phẫu thuật cắt mắt hai mí, nâng cung chân mày, trẻ hóa mí trên, trẻ hóa mí dưới), vui lòng tránh các tác động làm tăng huyết áp như áp lực lên mặt hoặc xì mũi trong vòng 1 tháng.

— Trường hợp khẩn cấp

Trong vòng 24 giờ sau khi phẫu thuật, nếu bạn bị đau mắt nghiêm trọng, thay đổi thị lực hoặc bị sưng đột ngột, vui lòng liên hệ với chuyên viên phụ trách ca phẫu thuật, nếu không kết nối được sau giờ làm việc (7 giờ tối), vui lòng gọi đến số điện thoại khẩn cấp qua số [02.512.1288](tel:02.512.1288) sau đó đến bệnh viện.

