

CHĂM SÓC VÀ BẢO VỆ MẮT SAU PHẪU THUẬT ĐỤC THỦY TINH THỂ

-Là căn bệnh có thể gây mù lòa hàng đầu trên thế giới tại Việt Nam, đến nay bệnh đục thủy tinh thể chỉ có một phương pháp duy nhất để chữa trị, đó là phẫu thuật. Tuy nhiên nếu không biết cách chăm sóc sau mổ, bệnh vẫn có thể trở lại gây tổn kém và kéo dài thời gian điều trị.

-Hiện nay thay thủy tinh thể được coi là phương pháp duy nhất để người bệnh có thể lấy lại khả năng ghi nhận hình ảnh, cải thiện thị lực, tránh nguy cơ mù lòa. Do đó một khi bị đục thủy tinh thể người bệnh không còn cách nào khác ngoài việc phải phẫu thuật. Thực chất mức độ thành công của cas phẫu thuật phụ thuộc khá nhiều vào tay nghề của bác sỹ cũng như việc cân bằng giữa lối sống khoa học và chế độ dinh dưỡng hợp lý của bệnh nhân. Chính vì thế, việc ý thức chăm sóc mắt ngay từ bên trong, phòng ngừa nguy cơ mù lòa là điều ưu tiên hàng đầu để bảo vệ cho một đôi mắt sáng.

-Có khoảng 10-15 % bệnh nhân sau phẫu thuật đục thủy tinh thể bị mờ mắt trở lại hoặc gặp các biến chứng khác. Có nhiều nguyên nhân gây ra tình trạng này, trong đó phải kể đến là việc bệnh nhân không biết cách chăm sóc mắt sau khi phẫu thuật đục thủy tinh thể

-Để có thể phòng tránh việc mờ mắt trở lại, cũng như gặp phải nhiều biến chứng không mong muốn khác, bệnh nhân cần chú ý đến những vấn đề sau:

***Những việc nên làm sau phẫu thuật đục thủy tinh thể:**

- Nếu bạn nằm viện hay nghỉ bệnh sau phẫu thuật, nên cố gắng nghỉ ngơi
- Bạn có thể đọc sách và xem tivi, tập thể dục nhẹ nhàng.
- Bạn có thể đi ra ngoài nhưng cố gắng tránh nơi đông người và bụi bẩn.
- Mang kính râm khi ra ngoài có thể giúp mắt thoải mái và ít nhạy cảm với ánh sáng, tránh gió và bụi bẩn tấn công vào mắt
- Sử dụng thuốc và tuân thủ đúng hướng dẫn của bác sỹ điều trị
- Nếu có đau nhẹ bạn nên uống Paracetamol, nếu triệu chứng đau vẫn không khỏi sau khi dùng thuốc, hãy đến gặp bác sỹ.
- Không chạm tay vào mắt sau khi phẫu thuật

***Những việc không nên làm sau phẫu thuật đục thủy tinh thể:**

- Trong một vài ngày đầu tiên, thị lực của bạn có thể bị mờ vì vậy hãy cẩn thận tránh làm tổn thương đầu hay mắt của bạn.

-Tình trạng phổ biến là mắt bị ngứa, khó chịu và chảy dịch sau phẫu thuật, tránh chà hay đụng tay vào mắt, không để bụi hay nước xà phòng dính vào mắt, không được bơi, không sử dụng bình nước nóng, không đi xông hơi hay spa.

- Dù vết thương nhỏ bạn cũng nên chú ý, cố gắng không cúi xuống, không mang vác vật nặng hay vận động mạnh.

-Tránh lái xe cho đến khi mắt hoàn toàn bình phục

*Thuốc và chế độ ăn uống:

- Trong một vài tháng đầu, vui lòng vệ sinh mắt nhẹ nhàng với nước rửa và bông băng mà bạn đã được cung cấp. Bạn có thể tiếp tục vệ sinh mắt với nước đun sôi để nguội và sử dụng gạc sạch sau đó.

-Vui lòng sử dụng thuốc nhỏ mắt như đã hướng dẫn, thậm chí khi bạn cảm thấy rằng mắt đã ổn, không nhỏ bất cứ gì vào mắt của bạn ngoại trừ thuốc đã chỉ định của bác sỹ. Luôn rửa sạch tay trước khi nhỏ mắt

-Bạn có thể ăn uống như thường lệ, không kiêng cử sau phẫu thuật

*Bạn nên tái khám theo sự hướng dẫn của bác sỹ hoặc ngay khi có các triệu chứng làm bạn cảm thấy khó chịu.

Sau khi phẫu thuật bộ phận nào trong cơ thể cũng cần được chăm sóc đặc biệt để chóng hồi phục. Với những lưu ý trên dành riêng cho việc chăm sóc mắt sau phẫu thuật hoàn toàn có thể phòng tránh việc mắc lại căn bệnh này. Tuy vậy ý thức chăm sóc mắt ngay từ bên trong để phòng ngừa bệnh vẫn là điều tối ưu nhất ./.

TP.KHTH



Nguyễn Duy Tài