

Уход за пациентом в «Британском офтальмологическом центре» не прекращается после его восстановления. Мы бесплатно предоставляем всё необходимое послеоперационное обслуживание и восстановительное лечение в течение требуемого периода, даже после выписки. Это не относится к физиологическим изменениям (ухудшению состояния) глаз или другим осложнениям и заболеваниям, не связанным с лазерной коррекцией зрения.

Инструкция по проведению операции

Для подготовки к операции:

- внимательно ознакомьтесь с вашей формой согласия на проведение лазерной коррекции зрения;
- ешьте и пейте как обычно (алкоголь нельзя употреблять за сутки до операции);
- наденьте неворсистую свободную одежду с длинными рукавами, в которой вам будет удобно;
- не используйте макияж, парфюм и лосьон после бритья;
- возьмите с собой солнцезащитные очки.

После операции вы получите:

- рецепт на лекарства;
- инструкции по медицинскому применению препаратов;
- экстренный контактный номер телефона (для ночи после операции);
- приглашение на послеоперационную консультацию.

Возвращение домой

Не покидайте клинику без сопровождения, так как вам может понадобиться помочь при возвращении домой. Лучше, если в день операции вас сопроводит друг или родственник. Если это невозможно, рекомендуем заранее договориться о транспорте. После операций по лазерной коррекции зрения или лечению катаракты перелёты не запрещены, однако мы не рекомендуем летать сразу после операции. Зрение может оставаться немного размытым, а чувствительность к свету — повышенной. Также желательно обсудить с врачом на послеоперационных консультациях любые поездки, запланированные в течение первого месяца после операции.

Рекомендации на послеоперационный период

В первый день (на следующий после операции):

- старайтесь оставаться в спокойном состоянии;
- по возможности не двигайте глазами;
- постараитесь не зажмуривать глаза;
- НЕ ТРИТЕ глаза;
- избегайте занятий, требующих зрительной концентрации (просмотр телевизора, работа за компьютером).

Если у вас есть маленькие дети, рекомендуем заранее организовать помочь родственников или друзей на первые два дня, особенно после лазерной коррекции. Минимизируйте употребление алкоголя в течение первых 2–3 дней, так как он может взаимодействовать с лекарствами и вызывать сухость глаз. Больше отдыхайте и избегайте лишнего напряжения глаз.

Лекарственные средства

Вы получите рецепт на лекарства для послеоперационного ухода. Их стоимость не входит в стоимость лечения. Используйте препараты строго в соответствии с инструкциями хирурга и храните их в прохладном, сухом месте.

Как правильно закапывать глазные капли:

- Всегда мойте руки перед использованием глазных капель;
- Запрокиньте голову назад и смотрите в потолок;
- Капните лекарство прямо на глазное яблоко. НЕ ОТЯГИВАЙТЕ ВЕКО;
- Страйтесь не касаться глаза и века кончиком флакона.

Помните, что ваше зрение может быть размытым сразу после применения глазных капель и мазей. Соблюдайте инструкции к препарату о том, какие капли следует применять первыми и с каким интервалом. Если вы пропустили прием лекарства, не применяйте две или три дозы сразу. Возможно, вам будет удобнее, если кто-то поможет вам закапывать капли, пока ваши глаза не восстановятся.

Дополнительные меры предосторожности:

- не позволяйте другим людям использовать ваши глазные капли;
- не прикасайтесь горлышком флакона к глазу или другой поверхности;
- сразу после применения закрывайте флакон с каплями или мазью крышкой;
- держите плотно закрытый флакон в вертикальном положении;
- выбросьте все капли и мази после окончания курса лечения.

НЕ ПРЕВЫШАЙТЕ РЕКОМЕНДОВАННУЮ ДОЗУ.

Уход за глазами

После операции у вас могут появиться следующие симптомы:

- слезотечение;
- светочувствительность (носите солнцезащитные очки при выходе на улицу);
- ощущение инородного тела в глазу;
- воспаление глаз, тяжесть при открывании;
- расширенные зрачки;
- отёчные и/или опущенные веки;
- «мушки» и пятна перед глазами.

Нет причин для беспокойства, так как это нормальные временные последствия операции.

Практические советы:

- Если вы чувствуете необходимость очистить область глаз, используйте марлю, смоченную в охлаждённой кипячёной воде, и постарайтесь не касаться глаз.
- Не используйте коммерческие жидкости для промывания глаз. Если у вас появилось ощущение инородного тела, сухости или давления в глазу(-ах), используйте капли «искусственная слеза» без консервантов. Их можно купить в любой аптеке без рецепта.
- Если ваши веки опухли, появился зуд и покраснение глаз (даже через несколько дней после операции), это может быть реакцией на лекарственные средства. Обратитесь в клинику за советом по альтернативному лечению.

Ощущение дискомфорта в глазах

Благодаря местному применению капель-анестетиков операция проходит безболезненно.

Дискомфорт через час после операции — нормальное явление, так как действие анестезии заканчивается. Дискомфорт может напоминать ощущение инородного тела и длиться 24–38 часов. Лазерная коррекция зрения обычно практически безболезненна, но после операции может возникнуть довольно сильное ощущение дискомфорта, с которым помогут справиться лекарственные препараты и бандажные контактные линзы.

Опасность при сильной боли

Если после 24 часов сохраняется сильная боль, обратитесь в глазную клинику (со вторника по субботу), чтобы записаться на послеоперационный приём. Если клиника закрыта или вам нужна консультация в воскресенье, позвоните по указанному номеру. Один из наших сотрудников свяжется с вашим хирургом и договорится, чтобы он вам перезвонил.

Маловероятно, что врачи скорой помощи знакомы с осложнениями после лазерных операций. В случае осложнений (что маловероятно) как можно скорее обращайтесь в клинику.

Послеоперационный уход

Обязательно приходите на назначенные консультации в соответствии с рекомендациями врача. Один или два приёма после операции обязательны. Всё послеоперационное обслуживание в «Британском офтальмологическом центре» включено в стоимость операции и проводится абсолютно бесплатно.

Лечение	Первый визит	Второй визит	Третий визит
LASIK	3–4 дня*	7–14 дней и выписка, если всё хорошо	1 месяц
LASEK	3–4 дня*	1 месяц и выписка, если всё хорошо	
Катаракта	1 день	1 неделя и выписка, если всё хорошо	нет необходимости

* Если необходимо снять бандажные линзы, визит в наш центр обязателен через 3–4 дня или на 7–14-й день.

Отменить приём можно за 3 дня; если позже — взимается плата в размере 50% стоимости услуги. Если вы опаздываете на приём на двадцать и более минут, вам потребуется записаться на другое время.

В некоторых случаях хирург может назначить дополнительные глазные капли. Назначенное лекарство можно приобрести в аптеке по рецепту.

Если вам удобнее, мы можем направить вас на послеоперационный осмотр в один из центров оптической коррекции в вашем городе, услуги которого оплачиваются вами самостоятельно. Этот вариант может быть экономичнее, чем поездка в клинику. Результаты осмотра будут отправлены в клинику и внесены в вашу медицинскую карту. В этом случае попросите копию отчёта послеоперационного осмотра.

Возвращение к повседневной жизни

Полезные рекомендации

- Если вы работаете в пыльных условиях (например, на строительных площадках), защищайте глаза защитными очками типа «маска» как минимум в течение одного месяца.
- При работе с дисплеями каждые 45 минут делайте 15-минутные перерывы, чтобы избежать усталости глаз в первые 2–3 недели.
- Рекомендуется носить солнцезащитные очки при выходе на улицу в течение первых нескольких недель — это защитит глаза от пыли и уменьшит временную светочувствительность.
- Пациентам после операции по удалению катаракты следует избегать подъёма тяжестей в течение первых 4 недель.
- Во время послеоперационных консультаций врач определит, соответствует ли ваше зрение необходимым стандартам.

НЕ САДИТЕСЬ ЗА РУЛЬ, ПОКА ВРАЧ НЕ ПОДТВЕРДИТ, ЧТО ЭТО БЕЗОПАСНО.

Согласно стандартам вождения, вы должны быть способны прочитать номерной знак автомобиля с расстояния 20,5 метра. Если операция была проведена только на одном глазу, проявляйте особую осторожность при вождении, так как ваше бинокулярное (стереоскопическое) зрение временно нарушено, и восприятие расстояния может быть затруднено.

Спорт

Избегайте интенсивных физических нагрузок, пока ваши глаза полностью не восстановятся (обычно это занимает около месяца). Приведённая ниже таблица содержит рекомендации по срокам восстановления для основных видов деятельности. Врач может дать иные рекомендации в зависимости от ваших индивидуальных обстоятельств. Если вы профессионально занимаетесь каким-либо из указанных видов спорта или у вас есть вопросы по другим, обязательно проконсультируйтесь со своим врачом.

Вид деятельности	iQ LASIK Oxygen	SportLine LASEK
Оздоровительный бег	2 недели	2 недели

Вид деятельности	iQ LASIK Oxygen	SportLine LASEK
Аэробика	1 неделя	1 неделя
Йога / Пилатес	1 неделя	1 неделя
Поднятие тяжестей	2 недели	2 недели
Сауна и парная	1 месяц	1 месяц
Плавание	1 месяц	1 месяц
Футбол и неконтактные боевые искусства	1 месяц	1 месяц
Лыжи / Сноуборд, Теннис, Сквош, Крикет	1 месяц	1 месяц
Регби, Контактные боевые искусства	3 месяца	6 недель
Дайвинг (глубже 30 футов)	3 месяца	3 месяца

Во время занятий спортом в течение как минимум двух недель защищайте глаза от пота, надевая повязку на голову.

Общие рекомендации

Душ и ванна

- Избегайте попадания воды в глаза в течение первых семи дней после операции.
- Во время душа стойте на шаг дальше, чем обычно, чтобы вода не попадала в глаза.
- При мытье головы запрокидывайте ее назад, чтобы шампунь не попадал в глаза.
- Если шампунь, мыло или другой продукт попал в глаза — НЕ ТРИТЕ ИХ! Используйте освежающие капли, чтобы промыть глаза и снять жжение.

Макияж

- В течение первых двух недель после операции макияж наносить нельзя.
- Косметикой для лица (крем, тональный крем, румяна и т.п.) можно пользоваться позже, но не наносите слишком близко к глазам.
- Не используйте водостойкую тушь как минимум месяц — она сложнее снимается.
- В течение месяца после операции избегайте попадания средств макияжа и демакияжа в глаза. Если это произошло, промойте глаза каплями и НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ТРИТЕ ИХ.

Отпуск

- Не рекомендуется выезжать за границу в течение недели после операции, чтобы иметь возможность прийти на первые два послеоперационных осмотра.
- Путешествуя в жаркие страны, носите качественные солнцезащитные очки с полной защитой от ультрафиолета спектров А и В. В течение месяца после операции избегайте загара.
- Во время занятий зимними видами спорта носите качественные солнцезащитные очки или маску с полной защитой от ультрафиолета спектров А и В.

Чтение

- В зависимости от уровня коррекции чтение мелкого шрифта может быть затруднено несколько недель — это нормально.
- Пациентам старше 45 лет могут понадобиться очки для близи. Это естественный возрастной процесс и может быть полезен для занятий, требующих хорошего зрения вблизи (чтение, шитье, вязание и т.д.).

Солярий

- Избегайте солярия в течение месяца после лазерной коррекции и трех месяцев после лечения катаракты.

Курение

- Если возможно, избегайте курения или нахождения в задымленных помещениях в течение недели.

Дополнительные рекомендации

iQ LASIK Oxygen

Бандажные контактные линзы

Бандажные линзы обычно используются после операции LASEK для защиты эпителия (наружного слоя) и снижения дискомфорта. Через 3–4 дня необходимо вернуться в клинику, чтобы их снять. Иногда пациенты не переносят линзы — тогда их снимают раньше. Возможен дискомфорт или боль во время ношения или снятия, обычно проходящие через 6–24 часа. Отдыхайте и принимайте обезболивающее, но НИКОГДА НЕ ПРЕВЫШАЙТЕ ДОЗУ И НЕ СНЯТИЕ ЛИНЗЫ САМИ.

Если линза выпала, может появиться дискомфорт. Не пытайтесь вставить её обратно. Продолжайте использовать капли по назначению и приходите на контрольные осмотры.

Эффект восстановления (помутнение)

В течение 3–4 недель после операции LASEK может наблюдаться легкое помутнение роговицы. Это нормальный процесс восстановления.

Помутнение обычно слабое и незаметное, но в редких случаях может сохраняться до 6–12 месяцев. Риск повышается при применении некоторых препаратов — врач предупредит, если это ваш случай. В тяжелых формах зрение может ухудшаться, тогда потребуется лечение. Могут быть назначены стероидные капли или другие методы терапии.

Наши специалисты сделают всё возможное для вашего зрения. Тысячи наших пациентов, вернувших себе хорошее зрение, — лучшее тому доказательство.