સદભાવ આઈ એન્ડ ડેન્ટલ ક્લિનિક
ડૉ. ધવલ પટેલ, MD (AIIMS, નવી દિલ્હી) · ડૉ. ધારા પટેલ, MDS (એન્ડોડોન્ટિક્સ)
sadbhaavclinic.com
+91 70169 12180

આંખના ઓપરેશન પછી ઘરે સંભાળ

મોતિયા કે બીજા આંખના ઓપરેશન પછી દર્દી અને સંભાળ રાખનાર માટે. તમારા સર્જનની સૂચના જુદી હોય તો તે જ માનો.

આંખમાં ટીપાં કેવી રીતે નાખવાં

1. હાથ ધોવો.
2. માથું પાછળ નમાવો અને ઉપર જુઓ.
3. નીચેનું પોપચું હળવેથી નીચે ખેંચીને ખિસ્સું બનાવો.
4. ખિસ્સામાં **એક ટીપું** નાખો; બોટલ આંખને ન અડે.
5. 1–2 મિનિટ આંખ હળવેથી બંધ રાખો; અંદરના ખૂણે હળવું દબાવો.
6. જુદાં ટીપાં વચ્ચે **5 મિનિટ** રાહ જુઓ. મલમ ટીપાં પછી.
7. સફેદ (દૂધ જેવાં) ટીપાં વાપરતાં પહેલાં હલાવો.

મારાં ટીપાંનો ચાર્ટ

ટીપું	દિવસમાં કેટલી વાર	ક્યાં સુધી

ફોનમાં અલાર્મ મૂકો. ડૉક્ટર ન કહે ત્યાં સુધી સ્ટીરોઇડ ટીપાં અચાનક બંધ ન કરો.

કરો

- રાત્રે આંખ પર શિલ્ડ પહેરો (સામાન્ય રીતે પહેલું અઠવાડિયું).
- બંધ પોપચાં ઉકાળીને ઠંડા કરેલા પાણી અને ચોખ્ખા રૂથી, અંદરથી બહાર તરફ સાફ કરો.
- બહાર કાળાં ચશ્માં પહેરો.
- ચાલવું, વાંચવું, ટીવી અને સામાન્ય ભોજન કરી શકાય.
- ડાયાબિટીસ, બ્લડ પ્રેશર, લોહી પાતળું કરવાની દવા ડૉક્ટર ના ન કહે ત્યાં સુધી ચાલુ રાખો.

ન કરો

- આંખ ચોળવી કે દબાવવી.
- આંખમાં પાણી છાંટવું; 2–4 અઠવાડિયાં તરવું.
- 1–2 અઠવાડિયાં ધૂળ, ધુમાડો, પવન.
- આશરે એક અઠવાડિયું ભારે વજન ઊંચકવું, લાંબો સમય માથું નીચું રાખવું.
- 2–4 અઠવાડિયાં આંખનો મેક-અપ અને કાજળ.
- સર્જન ન કહે ત્યાં સુધી વાહન ચલાવવું.

આ થાય તો એ જ દિવસે ક્લિનિકને ફોન કરો

- **દુખાવો વધતો જાય**
- નજર સુધરવાને બદલે **વધુ ઝાંખી** થાય
- **લાલાશ કે સોજો વધે**
- પીળું કે લીલું ચીકણું પરુ
- આંખના દુખાવા સાથે ઊબકા કે ઊલટી
- નવા ફ્લોટર્સ, ઝબકારા કે નજર પર પડદો
- ઓપરેશનવાળી આંખમાં ઈજા

ફોન કરો ત્યારે જણાવો

1. દર્દીનું નામ અને નોંધાયેલો ફોન નંબર
2. કઈ આંખ, કયું ઓપરેશન, કઈ તારીખ
3. મુખ્ય તકલીફ અને ક્યારથી
4. ગઈકાલની સરખામણીમાં આજની નજર
5. કયાં ટીપાં અને છેલ્લું ટીપું ક્યારે
6. ડાયાબિટીસ, લોહી પાતળું કરવાની દવા, તાવ

સદભાવ આઈ એન્ડ ડેન્ટલ ક્લિનિક
SF 5-6, બીજો માળ, પેલેડિયમ બિઝનેસ હબ, PVR સિનેમાની સામે, પેન્ટાલૂન્સની ઉપર, વિસત–ગાંધીનગર હાઇવે, મોટેરા, અમદાવાદ 382424
સોમ–શનિ સવારે 10–1 અને સાંજે 5–8 · રવિવારે બંધ · ફોન / WhatsApp: **+91 70169 12180** · sadbhaavclinic@gmail.com
ફક્ત સામાન્ય માહિતી; તમારા ડૉક્ટરની સલાહનું સ્થાન લેતી નથી. ડૉ. ધવલ પટેલ, MD (AIIMS, નવી દિલ્હી) દ્વારા સમીક્ષિત.