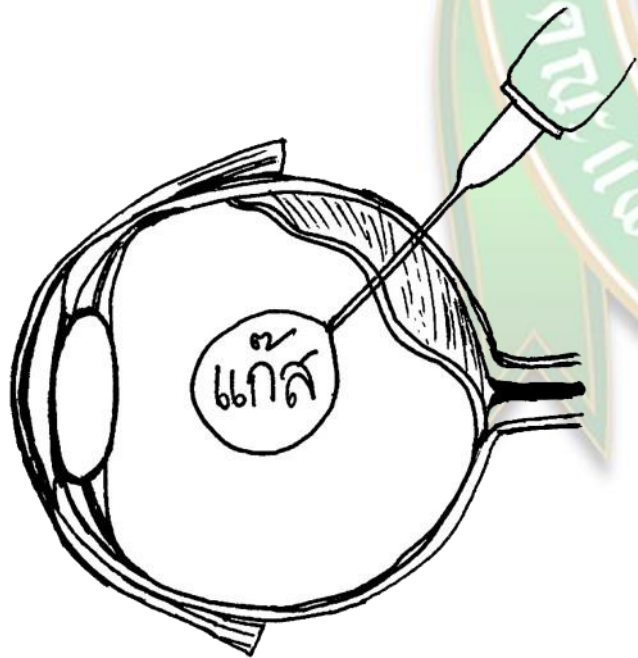


การคว่ำหน้า

หลังการผ่าตัดใส่แก้วหรือน้ำมันซิลิโคนในลูกตา



จัดทำโดย:- พว.สุพรรณิการ์ แก้วมณี และ พว.สุภา สุรเศรษฐวงษ์

ผู้ตรวจ:- รองศาสตราจารย์ สุจินดา ริมศรีทอง

หน่วยบริการพยาบาลผู้ป่วยที่บ้าน งานการพยาบาลป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลรามารชิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามารชิบดี

ตุลาคม 2558

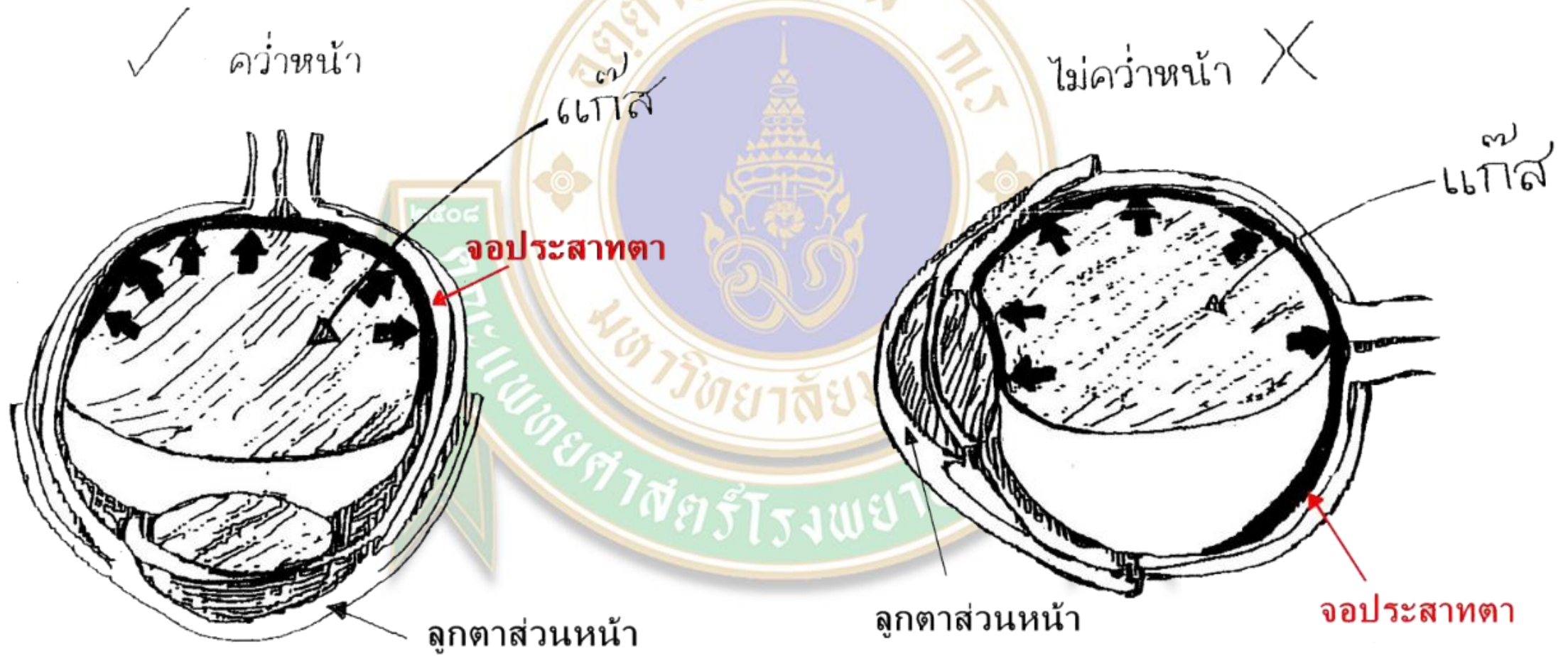
จอประสาทตาหลุดลอก

- เป็น 1 ใน 5 อันดับแรกของโรคตา ถ้าไม่รักษา หรือทิ้งไว้นานอาจทำให้ถึงขั้นสูญเสียการมองเห็น ไม่สามารถกลับมามองเห็นได้เท่าเดิม
- การรักษาจอประสาทตาหลุดลอกในผู้ป่วยบางรายจำเป็นต้องรักษาด้วยการผ่าตัดชนิดแก๊ส หรือน้ำมันซิลิโคนเข้าในลูกตา

ความสำคัญและลักษณะของแก๊ส หรือน้ำมันซีลิโคนที่ฉีดเข้าไปในลูกตา

- แก๊สหรือน้ำมันซีลิโคนที่ฉีดในลูกตามีความถ่วงจำเพาะน้อยกว่า หรือเบาหรือน้ำตาลูกตา
- **ผู้ช่วยจอประสาทตาลอก หลังผ่าตัดด้วยการใส่แก๊สหรือน้ำมันซีลิโคน จะต้องจัดให้ผู้ป่วยนอนคว่ำหน้า เพื่อให้แก๊สหรือน้ำมันซีลิโคนลอยขึ้นไปดันจอประสาทตาให้ราบติดกับหลังลูกตาให้มากที่สุด ซึ่งจะช่วยให้จอประสาทตากลับเข้าที่**
- การเลือกใช้แก๊สหรือน้ำมันซีลิโคนนั้น แพทย์จะเป็นผู้พิจารณา ซึ่งโดยทั่วไปมักจะใช้แก๊ส
- ความแตกต่างของแก๊สและน้ำมันซีลิโคน คือ แก๊สสามารถระเหยไปได้เอง ไม่ต้องผ่าตัดเอาออก
- สำหรับน้ำมันซีลิโคนไม่สามารถระเหยไปได้เอง จึงจำเป็นต้องผ่าตัดเอาซีลิโคนออกหลังการรักษา

ภาพผลจากการนอนคว่ำหน้า เมื่อใส่แก๊สหรือซิลิโคน



การคว่ำหน้าและการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดจอประสาทตา

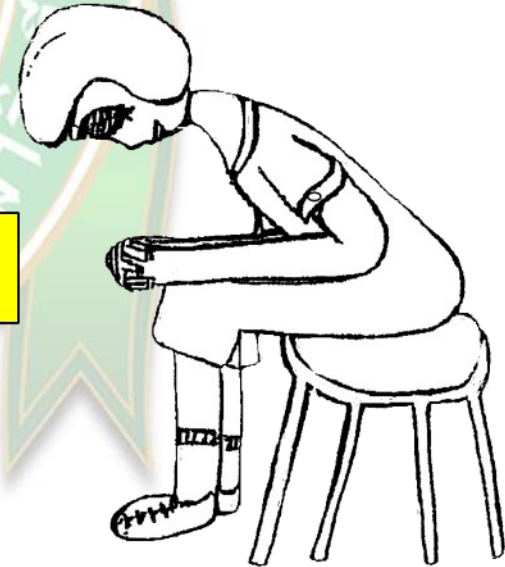
เทคนิคการคว่ำหน้า

- หลักของการคว่ำหน้าที่ถูกต้อง คือ เมื่อก้มหน้าแล้วให้ใบหน้าขนานเสมอ หรือระนาบเดียวกับพื้น ซึ่งสามารถทำได้หลายอิริยาบถ ดังนี้

การเดินหรือยืนก้มหน้า



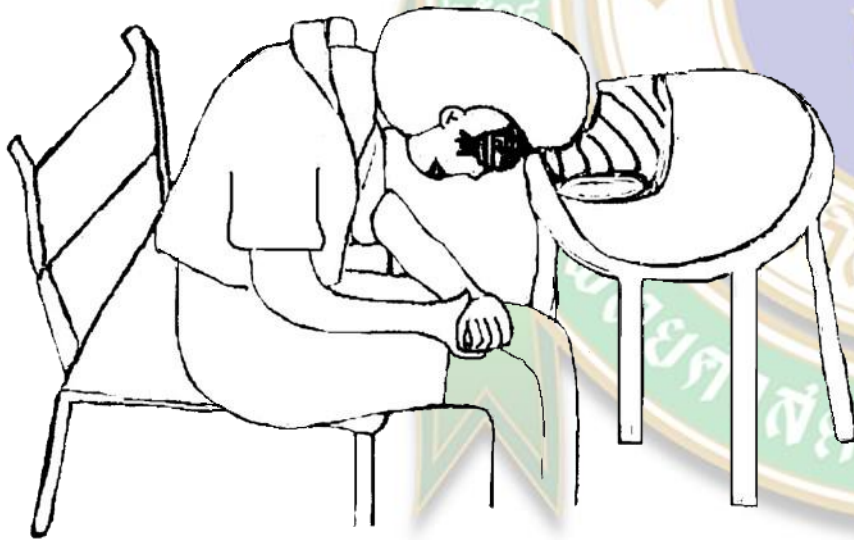
การนั่งก้มหน้า



การคว่ำหน้าและการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดจอประสาทตา เทคนิคการคว่ำหน้า

การนั่งก้มหน้าโดยใช้หมอนวางบนโต๊ะ

การนั่งก้มหน้าโดยใช้แขนวางบนโต๊ะ



การคว่ำหน้าและการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดจอประสาทตา เทคนิคการคว่ำหน้า

การนั่งก้มหน้าโดยการนอนคว่ำหน้า



เมื่อคว่ำหน้าถูกต้องแล้ว...สิ่งที่คุณควรทราบมีดังนี้

1. เมื่อไรควรเริ่มคว่ำหน้า? : หลังผ่าตัดทันที
2. ต้องอยู่ในท่าคว่ำหน้ากี่ชั่วโมงต่อวัน? :

ควรอยู่ในท่าคว่ำหน้า **มากกว่า 16 ชั่วโมงต่อวัน**

3. ถ้าไม่ค่อยคว่ำหน้าจะมีผลอย่างไร? :

อาจทำให้การรักษาไม่ได้ผลดี และนอกจากนี้ยัง

อาจทำให้เกิดต่อกระดูกได้

เมื่อคว่ำหน้าถูกต้องแล้ว...สิ่งที่ท่านควรทราบมีดังนี้

4. หลังผ่าตัดใส่แก้วในลูกตา สามารถเดินทาง โดยเครื่องบิน ได้หรือไม่? :

ในกรณีที่ใส่แก้วในลูกตา ไม่ควรเดินทางด้วยเครื่องบิน หรือ
ขึ้นภูเขาสูงหลังผ่าตัด จนกว่าแก้วจะหมด หรือจนกว่าแพทย์
จะอนุญาต เพราะการขึ้นที่สูงจะทำให้แก้วขยายตัว อาจทำให้ตามัว ปวดตา
มากได้

เมื่อคว่ำหน้าถูกต้องแล้ว...สิ่งที่คุณควรทราบมีดังนี้

5. หลังผ่าตัด สามารถออกกำลังกายหรือยกของหนักได้หรือไม่? :

ในผู้ป่วยที่ใส่แก๊สหรือน้ำมันซิลิโคน ไม่แนะนำให้ออกกำลังกาย
หรือยกของหนักเกิน 1-2 กิโลกรัม จนกว่าแพทย์จะอนุญาต

เมื่อคว่ำหน้าถูกต้องแล้ว...สิ่งที่คุณควรทราบมีดังนี้

6. ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์และพยาบาลเคร่งครัด
7. ควรมาพบแพทย์ตามนัด
8. ถ้ามีอาการผิดปกติควรมาพบแพทย์ก่อนนัด เช่น มีไข้, ปวดตามาก, ตาม่วงลง, ตาแดงผิดปกติ, จี้ตามาก เป็นต้น

ขอขอบคุณค่ะ

