

วิธีหยอดตาและป้ายตา

1. ล้างมือฟอกสบู่ให้สะอาดก่อนหยอดตาและป้ายยาทุกครั้ง
2. อ่านสลากข้างขวด/หลอดยา ก่อนหยอด/ป้ายยาทุกครั้ง เพื่อป้องกัน การใช้ยาผิด หรือใช้ยาไม่ถูกต้อง
3. ให้นอนหรือนั่งเงยหน้า เหลือบตามองขึ้นข้างบน
4. เขย่าขวดยาเบาๆ เปิดฝาขวดยาแล้วดึงเปลือกตาล่างลงหยอดยา 1 หยดหรือป้ายยาซี่ผึ้งยาวประมาณ 1 เซนติเมตรลงในกระพุ้งตาล่าง
5. หลับตาเบาๆ ลืมตา 1-2 ครั้ง หลังจากหยอดตาหรือป้ายยา เพื่อให้ยากระจายทั่วตา แล้วหลับตาไว้สักครู่
6. ใช้สำลีสะอาดซับหรือเช็ดตาที่ล้นออกมาภายนอกตา
7. ถ้าต้องหยอดยาหลายชนิดในเวลาเดียวกัน ควรหยอดยาแต่ละชนิดห่างกัน ประมาณ 3-5 นาที ถ้าต้องใช้ยาซี่ผึ้งป้ายตา ควรป้ายตาเป็นลำดับสุดท้าย

ข้อควรระวังในการหยอดตาและป้ายตา

1. ถ้ามีขี้ตาควรเช็ดตาให้สะอาดก่อนหยอดตา หรือ ป้ายตา
2. เมื่อเปิดฝาขวดยาหรือฝาหลอดยาไม่ควรคว่ำลงบนพื้น ควรวาง ตะแคงไว้บนพื้นที่สะอาดหรือถือไว้
3. ควรระวังไม่ให้ปลายจุกขวดยาหรือหลอดยาป้ายตาสัมผัสกับตาหรือสิ่งต่างๆ ควรหยอดยาหรือป้ายตาโดยให้ปลายจุกขวดยาหรือปลายหลอดยาซี่ผึ้งห่างจากตาประมาณ 1-2 เซนติเมตร เพื่อป้องกันการปนเปื้อนหรือเกิดการติดเชื้อและควรทำอย่างเบามือ

4. ควรหยอดยาหรือป้ายตาลงในกระพุ้งตาล่างไม่ควรให้ยาสัมผัสกับกระจกตาโดยตรง เพราะจะทำให้ระคายเคืองตาได้
5. ยาหยอดตาควรใช้ภายในเวลา 7 วันหรือ 1 เดือน (ดูวันที่หมดอายุ) ตามคำแนะนำของแพทย์หรือพยาบาล ยาซี่ผึ้งควรใช้ภายใน 1 เดือน หรือถ้ายาเปลี่ยนสีให้ทิ้งไป
6. ห้ามนำไปให้ผู้อื่นใช้ หรือใช้หยอดตาอีกข้างหนึ่ง
7. ควรเก็บยาหยอดตาไว้ในตู้เย็น (ถ้ามี)
8. ถ้ามีอาการตาแดง คัน ระคายเคืองตาภายหลังหยอดตาหรือป้ายยาควรหยุดใช้ และปรึกษาแพทย์ทันทีเพราะอาจแพ้ยาได้

จัดทำโดย

นางสาวตติศญา บัวเทศ

พยาบาลหอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติ 3

งานการพยาบาลจักษุ โสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา

ที่ปรึกษา

นางແລ້ມ ทองประทีป พยาบาล ผู้ชำนาญการ (หัวหน้าหอผู้ป่วย)

หอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติ 3

งานการพยาบาลจักษุ โสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์จักรพงษ์ นະມາຕຣ໌

สาขาวิชาโรคจอตา ภาควิชาจักษุวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

พิมพ์ครั้งที่ 1

จำนวน 500 ฉบับ

ปี พ.ศ. 2557

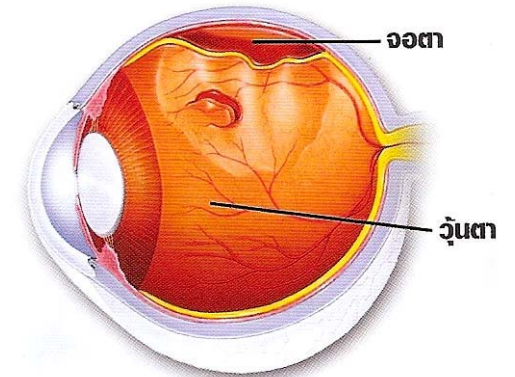
NS 02210075762

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ. การพิมพ์ พ.ศ. 2537



คู่มือการปฏิบัติตัว

สำหรับผู้ป่วยโรคจอตา



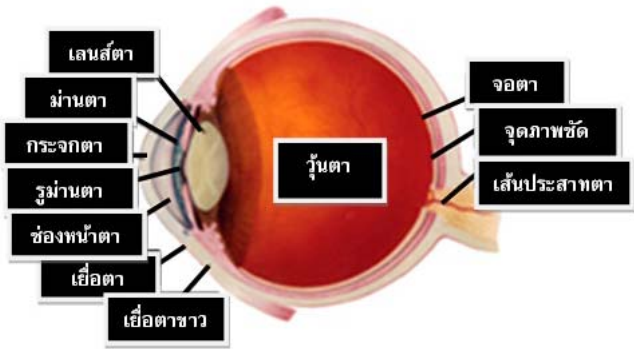
โครงการสอนสุขศึกษาในหอผู้ป่วย
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

SIPI NS1007157

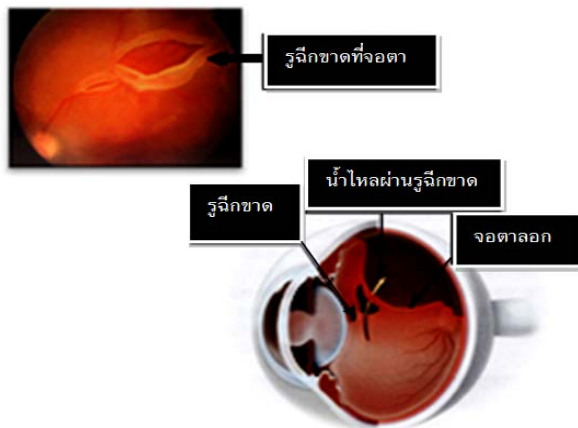
โรคจอตาลอก

จอตาเป็นส่วนที่สำคัญของตา มีลักษณะเป็นเนื้อเยื่อบางใสอยู่ภายในลูกตาส่วนหลัง

หน้าที่ของจอตา คือ รับภาพและส่งสัญญาณไปยังสมองทำให้คนเรามองเห็นภาพต่าง ๆ ถ้าเปรียบเทียบกับตาที่กล้องถ่ายรูปจอตาจะเทียบได้กับฟิล์มที่ทำหน้าที่รับภาพ ความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับจอตาจะทำให้ความคมชัดของการมองเห็นภาพลดลง และอาจมีผลทำให้สูญเสียการมองเห็นอย่างถาวรได้



จอตาลอก เป็นภาวะที่เกิดการแยกหรือลอกตัวของจอตา ออกจากตำแหน่งเดิม



อาการ

1. เห็นแสงวูบวาบคล้ายแสงแฟลช
2. มองเห็นเงาดำคล้ายใยแมงมุมลอยไปมา
3. มีเงาดำเหมือนม่านมาบังตา
4. สายตามัวลงมาก การมองเห็นลดลง แต่ไม่ปวดตา

การรักษา

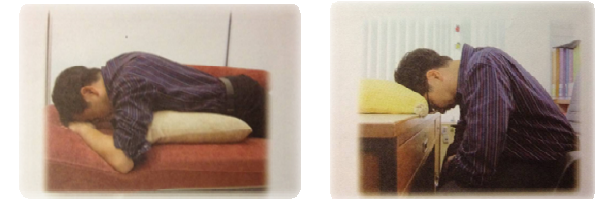
ในรายที่มีเพียงรูณิกษาดที่จอตา แต่ยังไม่เกิดการลอกหลุด สามารถรักษาได้โดยการยิงแสงเลเซอร์ล้อมรอบรูณิกษาด ส่วนในรายที่มีจอตาลอกแล้วควรรักษาโดยการผ่าตัด

1. การฉีดแก๊สเข้าไปปิดรูณิกษาดที่จอตา แล้วใช้เลเซอร์หรือจี้เย็นทำให้อุณิกษาดปิด
2. การผ่าตัดเย็บหนูนซิลิโคนด้านนอกลูกตา
3. การผ่าตัดวุ้นตา ร่วมกับการใช้เลเซอร์แล้วใช้จี้เย็นทำให้อุณิกษาดปิดและใส่แก๊สหรือน้ำมันซิลิโคน ในรายที่ใส่แก๊ส ร่างกายจะดูดซึมแก๊สไปเอง ส่วนรายที่ใส่น้ำมันซิลิโคนจะต้องมาผ่าตัดซ้ำเพื่อเอาน้ำมันซิลิโคนออกในภายหลังเมื่อจอตาติดดีแล้ว

การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดเมื่อกลับไปรักษาตัวที่บ้าน

1. เปิดผ้าปิดตาออกเมื่อกลับถึงบ้าน อาจใช้ที่ครอบตาปิดไว้
2. ห้ามล้างหน้า และระมัดระวังไม่ให้น้ำเข้าตา (ในรายที่ทำผ่าตัด) อย่างน้อย 2 สัปดาห์ หรือตามคำแนะนำของแพทย์ หรือพยาบาล และห้ามขยี้ตา
3. ทำความสะอาดบริเวณใบหน้า โดยใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำบิดให้หมาดเช็ดหน้าและใช้สำลีสะอาดชุบน้ำเกลือที่โรงพยาบาลจัดให้ หรือน้ำต้มสุกบีบหมาดๆ เช็ดทำความสะอาดเปลือกตาและขอบตาเบาๆ เมื่อตื่นนอนตอนเช้า

4. หยอดตา ป้ายตา และรับประทานยาให้ครบถ้วนถูกต้องตามแพทย์สั่ง
5. รักษาความสะอาดร่างกาย ปาก ฟัน เครื่องนุ่งห่ม และที่อยู่อาศัย
6. หลีกเลี่ยงบริเวณที่มีฝุ่นละออง ควันไฟ ลมแรง หรือแสงแดดจัด เมื่อออกนอกบ้านให้สวมแว่นตากันแดดหรือหลับตาถ้ามีลมแรง
7. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบทั้ง 5 หมู่ ได้แก่ เนื้อสัตว์ นม ไข่ ปลา ผักสด ผลไม้ และควรดื่มน้ำมาก ๆ อย่างน้อยวันละ 10 แก้ว เพื่อไม่ให้ท้องผูก
8. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายแต่พอควร ไม่ทำงานหนัก หรือยกของหนัก
9. ในรายที่ฉีดแก๊ส 2 เดือนแรกควรงดเดินทางโดยเครื่องบิน เพราะแก๊สจะขยายตัวทำให้ความดันลูกตาสูงขึ้น
10. หากมีท่านอนที่แพทย์กำหนด เช่น นอนหรือนั่งคว่ำหน้า นอนศีรษะสูง เป็นต้น ควรทำให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ หรืออย่างน้อย 8 ชั่วโมงในแต่ละวัน



11. มาตรวจตามแพทย์นัดทุกครั้ง แต่ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น ตาบวม ตาแดง ปวดตามาก มีขี้ตามากผิดปกติ ตามัวลงกว่าเดิม มีเงาดำเหมือนม่านมาบัง มีแสงวูบวาบในตามาก ให้รีบมาพบแพทย์โดยไม่ต้องรอให้ถึงวันนัดและกรุณา นำยาที่ใช้ประจำมาด้วยทุกครั้งที่มาตรวจ