SpaMedica NHS

તમારી મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા

ઓપરેશન પહેલા અને ઓપરેશન પછીની માર્ગદર્શિકા અને દર્દીઓ માટેની માહિતી

spamedica.co.uk

સામગ્રી

પરિચય	3
મોતિયો શું છે?	4
એપોઈન્ટમેન્ટસ	6
તમારું પ્રારંભિક મૂલ્યાંકન	7
શસ્ત્રક્રિયા પછી તમારી અપેક્ષિત દ્રષ્ટિ	9
મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયાના જોખમો	11
મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા	12
શસ્ત્રક્રિયા માટે વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નો (FAQs)	13
શસ્ત્રક્રિયાના દિવસે	14
શસ્ત્રક્રિયા પછી તરત જ	16
શસ્ત્રક્રિયા પછીનો પ્રથમ દિવસ	17
આંખના ટીપાં કેવી રીતે નાખવા જોઈએ	18
સૂકી આંખ	20
શસ્ત્રક્રિયા પછીના વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નો (FAQs)	21
હાથ ધોવા માટેની માર્ગદર્શિકા	24
અમારો સંપર્ક કેવી રીતે કરવો	25
પ્રતિસાદ અને ફરિયાદો	26
નોંધો	27

પરિચય

મોતિયો શું છે, શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન શું થાય છે, કોઈપણ સંબંધિત જોખમો અને સાજા થવા સહિત, મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા વિશે તમને જરૂરી તમામ માહિતી આપવા માટે અમે આ પુસ્તિકા તૈયાર કરી છે.

તમે તમારા પ્રથમ મૂલ્યાંકન પહેલાં, અને તમારી શસ્ત્રક્રિયા પહેલાં તેને ફરીથી વાંચો તે મહત્વનું છે.

અમે આ પુસ્તિકાના પાછળના ભાગમાં એક સરળ નોંધ પૃષ્ઠ આપ્યું છે જ્યાં તમે તમારા દર્દીના અનુભવના કોઈપણ તબક્કે ક્લિનિશિયન અથવા નર્સને પૂછવા ઈચ્છતા હોય તેવા કોઈપણ પ્રશ્નોની સૂચિ બનાવી શકો છો.

શું તમે સંભાળકર્તા ઈચ્છો છો? તે તમારી પસંદગી છે. આ પરિવારના સભ્ય, મિત્ર અથવા સ્ટાફના પ્રશિક્ષિત સભ્ય હોઈ શકે છે. કૃપા કરીને આગમન સમયે અમને જણાવો કે શું તમે ઈચ્છો છો કે તમારા પરીક્ષણ અથવા પરામર્શ માટે કોઈ તમારી સાથે આવે.

તમને સમર્થન આપવા માટે અમારી પાસે અમારી વેબસાઈટ **spamedica.co.uk** પર અન્ય ઘણી માહિતી ઉપલબ્ધ છે.

મોતિયો શું છે?

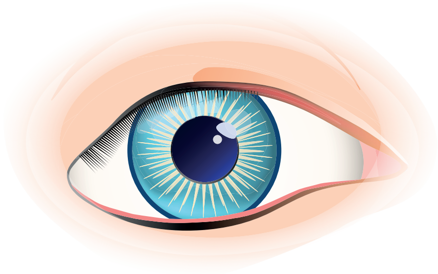
મોતિયો એ એવી સ્થિતિ છે જેમાં આંખના કુદરતી લેન્સ ઝાંખા બને છે અને દ્રષ્ટિને અસર કરે છે. મોટે ભાગે, મોતિયો વૃદ્ધ લોકોમાં થાય છે, અને તે સામાન્ય રીતે ધીમે ધીમે વિકાસ પામે છે.

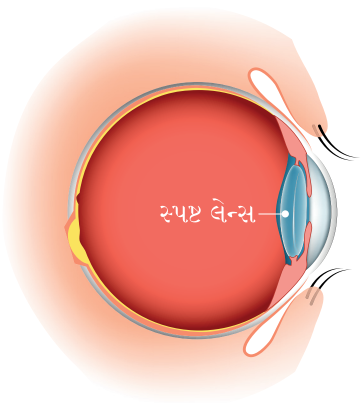
મોતિયાની સારવાર સામાન્ય રીતે ડે-કેસ ઓપરેશન દ્વારા કરી શકાય છે, જેમાં ઝાંખું લેન્સ દૂર કરવામાં આવે છે અને તેને કૃત્રિમ પ્લાસ્ટિક લેન્સ (ઈમ્પ્લાન્ટ) વડે બદલવામાં આવે છે. આ સામાન્ય રીતે આંખના ટીપાં સાથે લોકલ એનેસ્થેટિક હેઠળ કરવામાં આવે છે.

મોતિયાના લક્ષણોમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

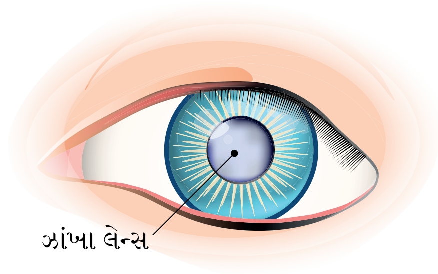
- ઝાંખી દ્રષ્ટિ થવી
- રાત્રે વાહન ચલાવવામાં મુશ્કેલી પડવી
- ટેલિવિઝન જોવામાં અને વાંચવામાં મુશ્કેલી પડવી
- સૂર્યપ્રકાશ અને/અથવા તેજ પ્રકાશ જેવી રીતે કે સામેથી આવનારી કારની હેડલાઈટથી અંજાઈ જવું
- રંગો ફીકા દેખાવા
- ચશ્મા અથવા કોન્ટેક્ટ લેન્સના પ્રિસ્ક્રિપ્શનમાં વારંવાર ફેરફાર

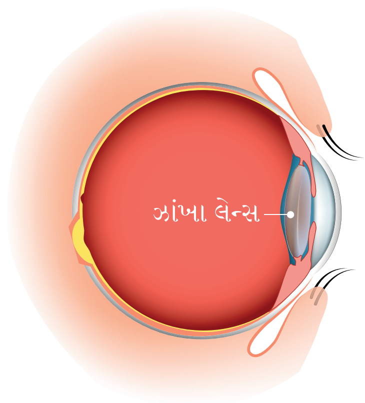
સ્વસ્થ આંખ





મોતિયા સાથેની આંખ





એપોઈન્ટમેન્ટસ

તમને ઓછામાં ઓછી બે એપોઈન્ટમેન્ટ માટે હોસ્પિટલમાં આવવું પડશે:

1. તમારા પ્રારંભિક મૂલ્યાંકન માટે
2. તમારી મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા માટે
3. તમારી મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા માટે તમારા ઓપરેશન પછીના ફોલોઅપ માટે, જો કે આ તમારા સ્થાનિક ઓપ્ટોમેટ્રિસ્ટ પાસે થઈ શકે છે

તમારું પ્રારંભિક મૂલ્યાંકન

તમારું ઓપરેશન પૂર્વેનું મૂલ્યાંકન અમારા બહારના દર્દીઓ વિભાગમાં થશે. તમે અમારી સાથે આશરે 2 કલાક રહેશો. મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા તમારા માટે યોગ્ય છે તે સુનિશ્ચિત કરવા માટે અમારી ક્લિનિકલ ટીમ દ્વારા તમારું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવશે.

મૂલ્યાંકનમાં મદદ કરવા માટે તમારી આંખોમાં ડાઈલેટિંગ ટીપાં નાખવામાં આવશે. આ ટીપાં નાખવાથી તમારી દ્રષ્ટિ ધૂંધળી થઈ જશે, જેથી તમે પછી વાહન ચલાવી શકશો નહીં.

તમારી સાથે નીચેની વસ્તુઓ લાવવી મહત્વપૂર્ણ છે:

- જો તમને મોકલવામાં આવી હોય તો, તમારી સંપૂર્ણ આરોગ્ય પ્રશ્નાવલી
- વર્તમાન દવાઓની સૂચિ
- તમારા ચશ્માનું વર્તમાન પ્રિસ્ક્રિપ્શન
- એવા કોઈપણ પ્રશ્નો જે તમે તમારી એપોઈન્ટમેન્ટ સમયે પૂછવા ઈચ્છો છો
- જો તમને ગ્લુકોમા હોય, તો કૃપા કરીને તમારા સલાહકારની વિગતો સાથે લાવો
- જો તમને ડાયાબિટીસ છે, તો કૃપા કરીને તમારી રેકોર્ડ બુક તમારી સાથે લાવો
- જો તમે વોરફેરીન લો છો, તો કૃપા કરીને તમારો INR રેકોર્ડ (યલો બુક) તમારી સાથે લાવો

મહત્વના મુદ્દાઓ

- **તમારે તમારી એપોઈન્ટમેન્ટમાં આવવા માટે વાહન ચલાવવું જોઈએ નહીં કારણ કે તમારી આંખની દ્રષ્ટિ ધૂંધળી થઈ જશે, ન તો તમારી એપોઈન્ટમેન્ટ પછી ઓછામાં ઓછા 6 કલાક સુધી વાહન ચલાવવું જોઈએ નહીં.**
- જો તમારી આ અગાઉની લેસર આંખ સુધારણા શસ્ત્રક્રિયા સહિતની કોઈપણ અગાઉની આંખની શસ્ત્રક્રિયા થઈ હોય, તો કૃપા કરીને આ માહિતી તમારી એપોઇન્ટમેન્ટમાં સાથે લાવો (જો તમારી પાસે હોય તો)
- તમારી પૂર્વ-મૂલ્યાંકન એપોઇન્ટમેન્ટ અને શસ્ત્રક્રિયાની એપોઇન્ટમેન્ટ વચ્ચે કોઈપણ કારણસર તમને કોઈપણ એન્ટિબાયોટિક્સ દવા સૂચવવામાં આવે તો કૃપા કરીને અમને જણાવો.
- તમારી પૂર્વ-મૂલ્યાંકન એપોઇન્ટમેન્ટ પહેલાં કોન્ટેક્ટ લેન્સ દૂર કરવા જરૂરી છે
  - સોફ્ટ કોન્ટેક્ટ લેન્સ માટે; કૃપા કરીને 48 કલાક પહેલા તે દૂર કરો
  - ગેસ-પારમેબલ/હાર્ડ કોન્ટેક્ટ લેન્સ માટે; કૃપા કરીને 14 દિવસ પહેલા તે દૂર કરો

શસ્ત્રક્રિયા પછી તમારી અપેક્ષિત દ્રષ્ટિ

અમે તમારી આંખોના અનેક સચોટ માપન માટે નવીનતમ તકનીકનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. આ માપદંડો અમને તમારી ચોક્કસ જરૂરિયાતો માટે જરૂરી લેન્સની આદર્શ શક્તિ નક્કી કરવામાં મદદ કરે છે.

કૃપા કરીને ધ્યાન રાખો કે NHS દર્દી તરીકે, તમને સિંગલ ફોકસ લેન્સની ઓફર કરવામાં આવશે, જેનો અર્થ છે કે ઓપરેશન પછી પણ તમને ચશ્માની જરૂર પડશે. તમારા પ્રારંભિક મૂલ્યાંકન દરમિયાન તે અંગે વધુ વિગતવાર ચર્ચા કરવામાં આવશે.

શસ્ત્રક્રિયાનો મુખ્ય ઉદ્દેશ ચશ્માની તમારી જરૂરિયાત ઘટાડવાનો નહીં, પણ મોતિયાને દૂર કરવાનો છે. જ્યારે અમે હંમેશા એ ખાતરી કરવાનો પ્રયાસ કરીએ છીએ કે અમારા દર્દીઓ શક્ય રીતે શ્રેષ્ઠ દ્રષ્ટિ પ્રાપ્ત કરે, શસ્ત્રક્રિયાની પ્રકૃતિને કારણે, તમારે અમુક કાર્યો માટે તે પછી ચશ્માની જરૂર પડશે તેવી અપેક્ષા રાખવી જોઈએ.

અન્ય પ્રીમિયમ ઈમ્પ્લાન્ટ લેન્સ જે ખાનગી રીતે ઉપલબ્ધ છે જે શસ્ત્રક્રિયા પછી ચશ્મા પરની તમારી નિર્ભરતા ઘટાડી શકે છે. જો તમને પ્રીમિયમ લેન્સ માટે તમારી યોગ્યતા અંગે કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો કૃપા કરીને તમારા મૂલ્યાંકન સમયે ક્લિનિશિયન સાથે તે અંગે ચર્ચા કરો.

મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયાના જોખમો

મોતિયાને દૂર કરાવવું એ જે તમે કરાવી શકો છો એવી સૌથી સુરક્ષિત શસ્ત્રક્રિયા છે. UK માં દર વર્ષે આશરે અડધી મિલિયન શસ્ત્રક્રિયાઓ સાથે, તે આજે પણ UK માં કરવામાં આવતું સૌથી સામાન્ય ઓપરેશન છે.

જો કે, હજુ પણ કોઈપણ શસ્ત્રક્રિયાની પ્રક્રિયાની જેમ, તેમાં જોખમો સંકળાયેલા છે, અને તમારા પ્રારંભિક મૂલ્યાંકનમાં ચિકિત્સક તે સમજાવવા માટે સમય લેશે અને તમને પ્રશ્નો પૂછવાની તક મળશે.

મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયાના પરિણામે ગંભીર જટિલતાનું જોખમ ખૂબ ઓછું છે. મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયાની સૌથી સામાન્ય જટિલતાઓની આગામી સમયમાં આંખના ટીપાં અથવા શસ્ત્રક્રિયા દ્વારા સારવાર કરી શકાય છે. ઓપરેશનના સીધા પરિણામ તરીકે સારવાર કરાયેલ આંખમાં કાયમી દૃષ્ટિ ગુમાવવાનું - લગભગ 1,000 માંથી 1 - એટ્લે કે ખૂબ જ ઓછું જોખમ છે.

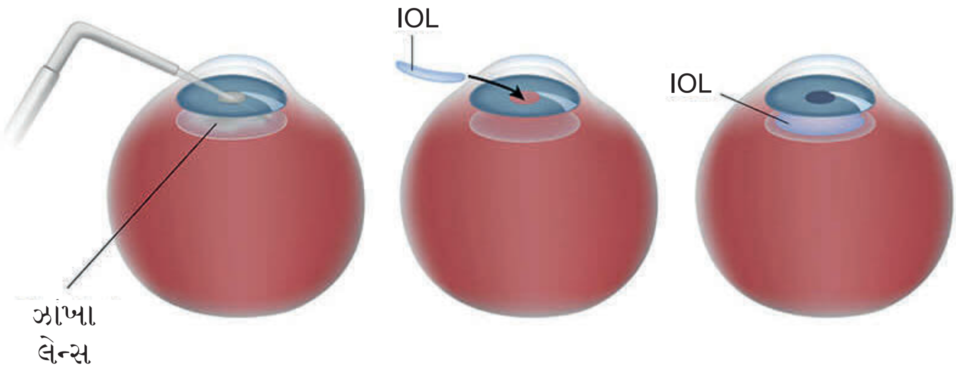
મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા

ફેકોઈમલ્સિફિકેશન તરીકે ઓળખાતી ટૂંકી પ્રક્રિયાનો ઉપયોગ કરીને મોતિયાનું ઓપરેશન કરવામાં આવે છે. આ તે પ્રક્રિયા છે જેમાં સર્જન મોતિયાને તોડવા માટે આંખમાં અલ્ટ્રાસાઉન્ડ ઉપકરણ દાખલ કરે છે જેને પછી દૂર કરી શકાય છે.

એકવાર મોતિયો દૂર થઈ જાય, તે પછી સર્જન તેના સ્થાને નવા પ્લાસ્ટિક ઈન્ટ્રાઓક્યુલર (IOL) લેન્સ દાખલ કરશે.

દરેક શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન એક સમયે તમારી માત્ર એક આંખનું જ ઓપરેશન કરવામાં આવશે.

મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા



ઝાંખા લેન્સ દૂર કરવામાં આવ્યા

ઈન્ટ્રાઓક્યુલર લેન્સ (IOL) તે સ્થાને મૂકવામાં આવે છે

શસ્ત્રક્રિયા અંગે વારંવાર પુછવામાં આવતા પ્રશ્નો (FAQs)

મને કેવો અનુભવ થશે?

અમે તમારી આંખને સુન્ન કરવા માટે આંખના ટીપાંનો ઉપયોગ કરીશું જેથી આ શસ્ત્રક્રિયા પીડાદાયક નહીં હોય. જે આંખનું ઓપરેશન કરવામાં આવી રહ્યું છે તેમાં તમે હજુ પણ દબાણ અને દબાવનો અનુભવ કરી શકો છો. તમારે સમગ્ર શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન તેજસ્વી પ્રકાશ સામે જોવાની જરૂર પડશે.

શું મારે સપાટ સૂવું પડશે?

હા, તમારે સપાટ સૂવું પડશે. જો જરૂરી હશે તો અમે ઓશીકા સાથે વધારાનો સપોર્ટ આપીશું.

શું મને કંઈ દેખાશે?

આંખના ટીપાં ફેલાવવાના પરિણામે તમારી દ્રષ્ટિ ખૂબ જ ધૂંધળી થઈ જશે. વધુ વિસ્તરણ માટે તમારા નીચેના પોપચાના વિસ્તારની નીચે એક નાનો કાપો પણ મૂકવામાં આવશે. શસ્ત્રક્રિયા પહેલા તેને દૂર કરવામાં આવશે.

શું હું શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન આંખ ઝબકાવી શકું છું?

પ્રક્રિયા દરમિયાન તમારા નીચલા અને ઉપરના પાંપણો ખુલ્લી રાખવા માટે અમે એક નાની ક્લિપનો ઉપયોગ કરીએ છીએ.

જો મને છીંક/ઉધરસ આવે અથવા અસ્વસ્થતાનો અનુભવ થાય તો શું?

જો તમને આવી જરૂર હોય તો સર્જન સાથે કેવી રીતે વાતચીત કરવી તે તમને બતાવવામાં આવશે.

શસ્ત્રક્રિયાને કેટલો સમય લાગશે?

સામાન્ય મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયામાં સામાન્ય રીતે 20 મિનિટ જેટલો સમય લાગે છે.

મારે મારા કોન્ટેક્ટ લેન્સ ક્યારે દૂર કરવા જોઈએ?

તમામ કોન્ટેક્ટ લેન્સ શસ્ત્રક્રિયાના 24 કલાક પહેલા દૂર કરવા જોઈએ.

શસ્ત્રક્રિયાના દિવસે

કૃપા કરીને:

- તમારા ઓપરેશન માટે પહોંચતા પહેલા હળવું ભોજન લો
- હંમેશની જેમ તમારી બધી દવાઓ કો અને આંખના ટીપાં નાખો
- આરામદાયક, છૂટી ફિટિંગના વસ્ત્રો પહેરો જે સફેદ ન હોય - તમારે ઓપરેશન માટે વસ્ત્રો ઉતારવાની જરૂર નથી
- કોઈપણ મેક-અપ ન કરો
- એપોઈન્ટમેન્ટમાં જાવ ત્યારે સ્વયં વાહન ચલાવશો નહીં
- કૃપા કરીને તમારા એપોઇન્ટમેન્ટ લેટરમાં આપેલા સમયે આવઈ જશો
- તમારી સાથે કોઈ પણ કીમતી ચીજવસ્તુઓ લાવશો નહીં - શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન તમારો સામાન રાખવા માટે અમારી પાસે લોકર છે, પરંતુ અમે તેમની સલામતીની ખાતરી આપી શકતા નથી.
- તમે અમારી સાથે આશરે 3 કલાક રહેશો.
- અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે તમારી શસ્ત્રક્રિયા પછી કોઈ તમને ઘરે લઈ જાય, પરંતુ તે જરૂરી નથી કે તે રાત્રે પણ તમારી સાથે રહે - જો કોઈ વ્યક્તિને તમારી સાથે રાત્રિ રોકાણની જરૂર હશે તો અમે તમને જણાવીશું.
- નિઃશુલ્ક નાસ્તો ઉપલબ્ધ છે

SpaMedica ખાતે મોતિયાની તમામ શસ્ત્રક્રિયાઓ રજિસ્ટર્ડ નેત્ર ચિકિત્સકો દ્વારા, અથવા તો રજિસ્ટ્રાર કન્સલ્ટન્ટ નેત્ર ચિકિત્સક દ્વારા અથવા કન્સલ્ટન્ટની સીધી દેખરેખ હેઠળ દ્વારા કરવામાં આવે છે.

રજીસ્ટ્રાર એ સંપૂર્ણ લાયકાત ધરાવતા ડોકટરો છે જેઓ નેત્ર ચિકિત્સામાં નિષ્ણાત હોય છે.

અમારી મોટાભાગની મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયાઓ સલાહકારો દ્વારા કરવામાં આવે છે પરંતુ અન્ય ઘણી હોસ્પિટલોની જેમ - NHS હોસ્પિટલો સહિત - SpaMedica કન્સલ્ટન્ટ સર્જનોની ભાવિ પેઢીઓને તાલીમ આપવા માટે ઉત્સાહી છે. જો કોઈ રજિસ્ટ્રાર તમારી શસ્ત્રક્રિયા કરી રહ્યો હોય તો અમે તમને જાણ કરીશું અને જો તમે ઈચ્છતા હોવ તો તમને વૈકલ્પિક એપોઈન્ટમેન્ટની વિનંતી કરવાની તક મળશે. પ્રક્રિયા માટે આગળ વધવાનું પસંદ કરીને, તમે માત્ર કન્સલ્ટન્ટ સર્જનની કુશળતાનો લાભ જ મેળવશો નહીં, પરંતુ ભવિષ્યના સલાહકાર સર્જનોની તાલીમ અને વિકાસમાં પણ યોગદાન આપી શકશો.

શસ્ત્રક્રિયા પછી તરત જ

- તમારી આંખ અને માથાના હળવા દુખાવાની અપેક્ષા સાથે - દર 4-6 કલાકે, યોગ્ય માત્રા અનુસાર, અમે તમને પેરાસિટામોલ જેવી પેઈનકિલર્સ લેવાનું સૂચન કરીએ છીએ.
- તમારી દ્રષ્ટિ ધૂંધળી થઈ શકે છે
- આંખમાં ખંજવાળ, તીક્ષ્ણ અનુભવ થઈ શકે છે
- તમારી આંખમાં પાણી આવી શકે છે
- જો તમારી ગ્લુકોમા જેવી અન્ય સ્થિતિઓ માટે પ્રિસ્ક્રિપ્શન આંખના ટીપાં હોય, તો કૃપા કરીને સૂચવ્યા મુજબ ઉપયોગ કરવાનું ચાલુ રાખો
- **તમારી ઓપરેશન** થયેલી આંખને ઘસશોનહીં
- **તમારા ઓપરેશન** પછી બીજા દિવસે સવાર સુધી તમારી આંખના આવરણને દૂર કરશોનહીં
- અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે તમે શસ્ત્રક્રિયા પછીના પ્રથમ 3 દિવસ સુધી માસ્ક પહેરશો નહીં અથવા ચહેરો ઢાંકશો નહીં
- જો તમે શસ્ત્રક્રિયાના દિવસે મોઢા વાટે શામક દવા લીધી હોય અથવા આપવામાં આવી હોય તો તમને ઘરે લઈ જવામાં આવે ત્યારે અને રાત્રિ દરમિયાન કોઈ જવાબદાર પુખ્ત વયના વ્યક્તિ તમારી સાથે હોવા જોઈએ.

શસ્ત્રક્રિયા પછીનો પ્રથમ દિવસ

- તમારા હાથ ધોવા જોઈએ અને સૂકવવા જોઈએ
- તમારા આવરણને દૂર કરો અને નિકાલ કરો
- SpaMedica દ્વારા સૂચવ્યા મુજબ તમારા ઓપરેશન પછીના આંખના ટીપાં શરૂ કરો

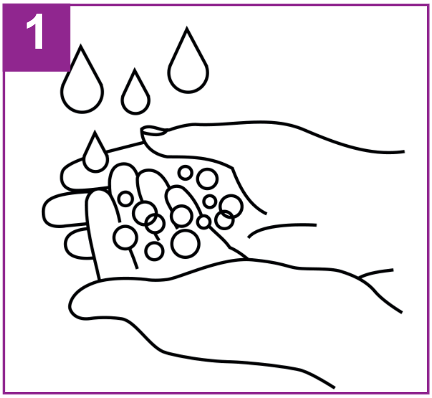
શસ્ત્રક્રિયા પછીની સવારે તમારી આંખ ચીકણી થઈ જવી તે સામાન્ય છે. તમને આપવામાં આવેલ જંતુરહિત સ્વેબ્સ, ઠંડા, ઉકાળેલા પાણીમાં પલાળી રાખો અને તેનો ઉપયોગ કરીને,પોપચાને, ઉપર અને નીચે બંનેને, કાળજીપૂર્વક સાફ કરો. એકવાર તમારી બંધ આંખને નાકથી લઈને કાન સુધી લૂછી લો. સ્વેબનો નિકાલ કરો અને જો જરૂરી હોય તો પુનરાવર્તન કરો. **આંખ સાફ કરતા પહેલા અને પછી હંમેશા તમારા હાથ ધોવાનું યાદ રાખો (હાથ ધોવા માટેની માર્ગદર્શિકા પૃષ્ઠ 24 પર જુઓ).**

આવો અનુભવ થવું એ સામાન્ય છે:

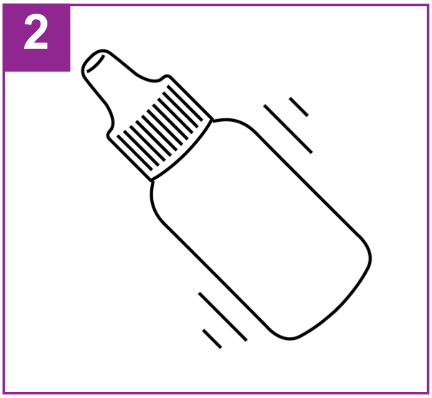
- ઝાંખી દ્રષ્ટિ થવી
- લાલાશ
- કઠોરતા
- ખંજવાળ/અન્ય શરીરની સંવેદના
- પાણી આવવું
- દુ:ખાવો
- પ્રકાશની સંવેદનશીલતા

સૂકી આંખને સરળ બનાવવા માટે સૂચવવામાં આવેલા આંખના ટીપાં અને કૃત્રિમ આંસુના ઉપયોગથી આ લક્ષણો હળવા થઈ જાય છે.

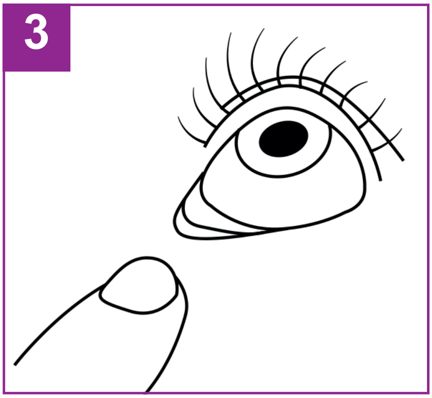
આંખના ટીપાં કેવી રીતે નાખવા જોઈએ



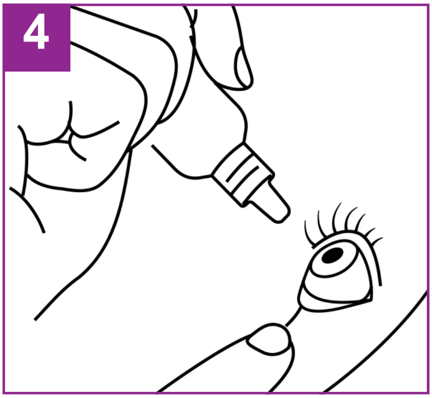
તમારા હાથને સાબુ અને પાણીથી ધોઈ લો (હાથ ધોવા માટેની માર્ગદર્શિકા પૃષ્ઠ 24 પર જુઓ).



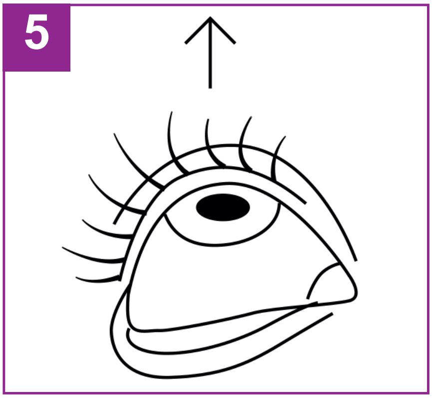
બોટલને હળવેથી હલાવો અથવા ટેપ કરો.



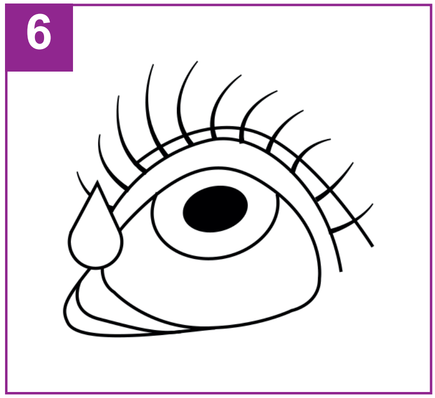
બેસી જાવ અને તમારા માથાને પાછળ નમાવો. તમારી પોપચા અને આંખ વચ્ચે જગ્યા બનાવવા માટે, આંગળી વડે નીચલા પોપચાંને નીચે ખેંચો.



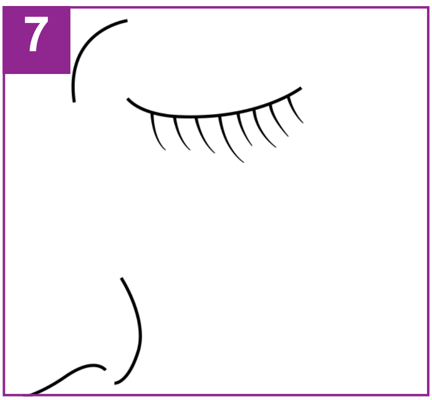
બોટલ તમારા બીજા હાથથી તમારી આંખ ઉપર પકડી રાખો, બોટલની ટોચ આંખ અથવા ત્વચા પર સ્પર્શ ન થાય તેની કાળજી રાખો.



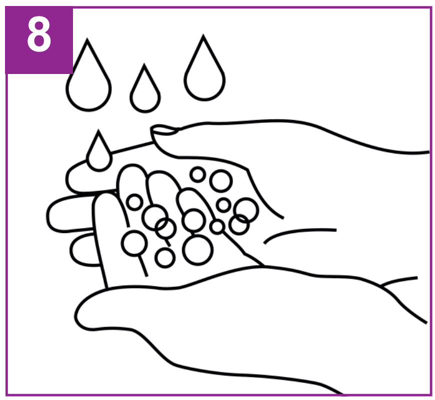
ઉપરની બાજુએ જુઓ.



બોટલને દબાવો કરો જેથી એક ટીપું તમારા નીચલા પોપચાંના સ્થાનમા પડે.



તમારી આંખ ધીમેથી બંધ કરો.



તમારા હાથને ફરીથી સાબુ અને પાણીથી ધોઈ લો (હાથ ધોવા માટેની માર્ગદર્શિકા પૃષ્ઠ 24 પર જુઓ).

સૂકી આંખ

મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા પછી સૂકી આંખ ખૂબ સામાન્ય છે. સૂકી આંખોના લક્ષણોમાં લાલાશ, કઠોરતા, આંખમાં કંઈક હોવાની લાગણી અને પાણી આવવું શામેલ હોઈ શકે છે.

જો તમે સૂકી આંખના લક્ષણોથી પીડાતા હોવ તો, તમારા સમુદાયના ઓપ્ટોમેટ્રિસ્ટ અથવા સ્થાનિક ફાર્મસીમાંથી લુબ્રિકેટિંગ આંખના ટીપાં ઉપલબ્ધ છે. અમે સૂચવીએ છીએ કે તમે વધારાના આરામ અને લુબ્રિકેશન માટે તમારી શસ્ત્રક્રિયા પહેલા અને પછીના દિવસોમાં - દરેક ભોજન સમયે અને સૂવાના સમયે આ ટીપાંનો ઉપયોગ કરો.

તમારા નિયત આંખના ટીપાં સાથે તેનો ઉપયોગ કરો, પરંતુ એમની વચ્ચે 5 મિનિટનો અંતરાલ રાખો.

જો તમે પહેલાથી જ સૂકી આંખથી પીડાતા હોવ, તો મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા પછી તમારા આ લક્ષણો વધુ ખરાબ થઈ શકે છે. આંખની સપાટીને શક્ય તેટલી સ્વસ્થ રાખવા માટે તમારી મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા સુધી નિયમિતપણે તમારા સૂકી આંખના ટીપાંનો ઉપયોગ કરવાનું ચાલુ રાખવાની અમે ભલામણ કરીએ છીએ.

પ્રસંગોપાત, સૂકી આંખના લક્ષણો શસ્ત્રક્રિયા પછી થોડા મહિનાઓ સુધી ચાલુ રહી શકે છે. આ અસામાન્ય નથી. તમારી આંખોને લુબ્રિકેટ કરવા માટે અને અસ્વસ્થતા ઘટાડવા માટે તમારે ટીપાંનો ઉપયોગ કરવાનું ચાલુ રાખવું જોઈએ. જો તમને સતત સૂકી આંખના લક્ષણો હોય, તો કૃપા કરીને તમારા સમુદાયના ઓપ્ટોમેટ્રિસ્ટની સલાહ લો.

શસ્ત્રક્રિયા પછીના વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નો (FAQs)

કૃપા કરીને સામાન્ય રીતે પૂછાતા પ્રશ્નોની સૂચિ માટે નીચે જુઓ. જો તમને અન્ય કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો કૃપા કરીને તમારા ઓપરેશનના દિવસે તમારી નર્સને પૂછો.

શું મારી દ્રષ્ટિ ધૂંધળી થશે?

અસ્પષ્ટ અથવા ધૂંધળી દ્રષ્ટિ અનુભવવી એ સામાન્ય છે, ખાસ કરીને આગલી સવારે, પરંતુ સમય જતાં તેમાં સુધારો થવો જોઈએ.

મારી આંખમ કેવું લાગશે?

તમારી આંખમાં કઠોરતા, લાલાશ અને ખંજવાળ આવી શકે છે. કેટલીકવાર તેને સંપૂર્ણપણે સાજી થવામાં અમુક અઠવાડિયા લાગી શકે છે.

હું વાહન ક્યારે ચલાવી શકું?

જ્યારે પણ તમને ચલાવવું સલામત લાગે ત્યારે. જો કે, જ્યાં સુધી તમે કાનૂની ડ્રાઈવિંગ જરૂરિયાત (20 મીટર પર કારની નોંધણી પ્લેટ વાંચી શકવું) પૂરી ન કરો ત્યાં સુધી તમે વાહન ચલાવી શકતા નથી. તમે ફરીથી વાહન ચલાવી શકો તે પહેલાં તમારે નવા ચશ્માની જરૂર પડી શકે છે.

હું વ્યાયામ ક્યારે કરી શકું?

શસ્ત્રક્રિયા પછીના 1 અઠવાડિયાથી હળવો વ્યાયામ ફરી શરૂ કરવો યોગ્ય છે. કૃપા કરીને 2 અઠવાડિયા સુધી સ્વિમિંગ અથવા બાગકામ કરવાનું ટાળો. ઉપરાંત, શસ્ત્રક્રિયા પછીના 2 અઠવાડિયા સુધી ધૂળવાળા વાતાવરણમાં જવાનું ટાળવા માટે સાવચેત રહો.

હું મેકઅપ ક્યારે કરી શકું?

કૃપા કરીને શસ્ત્રક્રિયા પછીના 1 અઠવાડિયા માટે આંખનો મેકઅપ કરવાનું ટાળો અને 2 અઠવાડિયા સુધી આંખની નજીક આંખના ખોટા લેશ અથવા અન્ય કોઈપણ કોસ્મેટિક અથવા સૌંદર્યલક્ષી સારવાર ન કરો.

શું મારે ચશ્માની જરૂર પડશે?

ઓપરેશન પછીની તમારી તપાસ પછી, તમારા સમુદાયના ઓપ્ટોમેટ્રિસ્ટ તમારી સાથે નવા ચશ્માની ચર્ચા કરી શકે છે.

મારી આંખમાં કંઈક છે એવું શા માટે લાગે છે?

થોડા દિવસો સૂચિ ખંજવાળની લાગણી એકદમ સામાન્ય છે, અને તે શસ્ત્રક્રિયા પછીની હીલિંગ પ્રક્રિયા સાથે સંબંધિત છે. જો તમને આનો અનુભવ થાય તો તમારી આંખોને વધુ આરામદાયક બનાવવા માટે કૃપા કરીને ડ્રાય આઈ ટીપાંનો ઉપયોગ કરો.

શું હું મારા વાળ ધોઈ શકું?

તમે સામાન્ય રીતે ધોઈ અને સ્નાન કરી શકો છો. શસ્ત્રક્રિયા પછી એક અઠવાડિયા સુધી તમારી આંખોમાં સાબુ અને પાણી ન જાય તેવો પ્રયાસ કરો.

શું હું મારી આંખને ઘસી શકું?

ના. કૃપા કરીને તમારી ઓપરેશન થયેલી આંખને ઘસશોનહીં તેને સ્વચ્છ રાખવું જરૂરી છે.

હું કામ પર પરત ક્યારે આવી શકું?

મોટાભાગના લોકો તેમના મોતિયાના ઓપરેશનના બીજા દિવસે કામ પર પરત આવી શકે છે. સંપર્ક રમતો અથવા ભૂમિકાઓ જેમાં નિયંત્રણ અને સંયમનો સમાવેશ થાય છે અથવા ધૂળવાળા વાતાવરણમાં કામ કરવું થોડા લાંબા સમય સુધી ટાળવું જોઈએ (2-4 અઠવાડિયા) પરંતુ તમારા સર્જન સાથે ચર્ચા કરવી શ્રેષ્ઠ ગણવામાં આવે છે.

શું હું હવાઈ યાત્રા કરી શકું?

અમારી ભલામણ છે કે તમે હવાઈ યાત્રા કરતાં પહેલા તમારી ઓપરેશન પછીની તપાસ સુધી રાહ જુઓ. જો કે, જો તે અનિવાર્ય હોય, તો સિવિલ એવિએશન ઓથોરિટી (CAA) હવાઈ યતા કરતાં પહેલા મોતિયાની સામાન્ય શસ્ત્રક્રિયા પછી 1 દિવસ રાહ જોવાની ભલામણ કરે છે. જો તમે દેશની બહાર જાવ છો, તો કૃપા કરીને ધ્યાન રાખો કે SpaMedica તરફથી કોઈપણ તાત્કાલિક અને કટોકટીની સારવાર ઉપલબ્ધ થશે નહીં.

રંગો શા માટે અલગ દેખાય છે?

તમે સારવાર કરવામાં આવેલ અને સારવાર ન કરાયેલ આંખ વચ્ચેના રંગના તફાવતને નોંધી શકો છો અથવા અનુભવી શકો છો. આ એકદમ સામાન્ય છે.

શું મારે અગાઉ સૂચવેલ આંખના ટીપાં ચાલુ રાખવા જોઈએ?

હા, હંમેશા બધા નિયત આંખના ટીપાં લેવાનું ચાલુ રાખો, જો તેની તારીખ સમાપ્ત ન થઈ હોય.

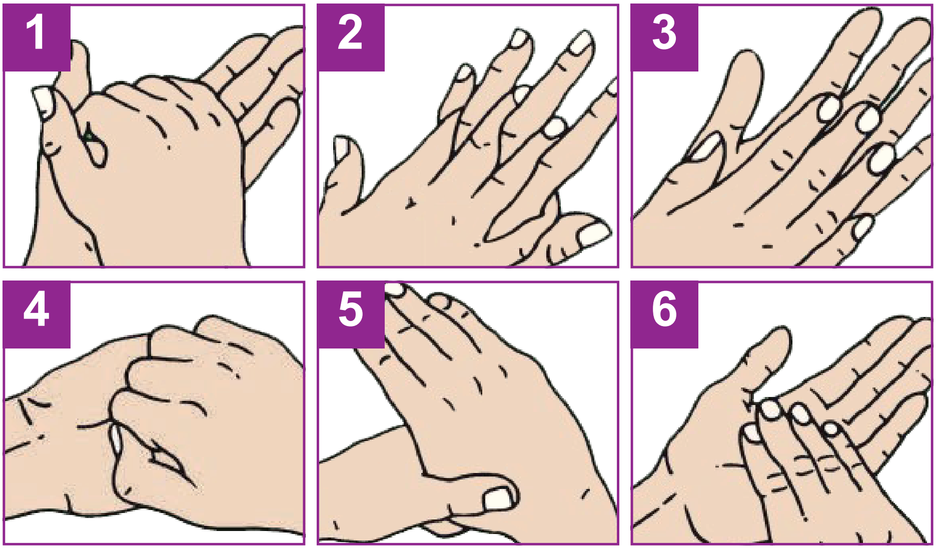
શું હું નીચે ઝૂકી શકું કે કંઈપણ ઊંચકી શકું?

કોઈ પણ કારણસર, ભારે વસ્તુઓ ઉપાડવાનું અને 1 અઠવાડિયા સુધી સતત ઝૂકવાનું ટાળવું જોઈએ.

મારે મારું ચેકઅપ ક્યારે કરાવવું જોઈએ?

તમારી ઓપરેશન પછીની ફોલો-અપ એપોઇન્ટમેન્ટ સામાન્ય રીતે SpaMedica અથવા તમારા સ્થાનિક ઑપ્ટોમેટ્રિસ્ટ દ્વારા શસ્ત્રક્રિયાના 4-6 અઠવાડિયા પછી સુનિશ્ચિત કરવામાં આવશે.

હાથ ધોવા માટેની માર્ગદર્શિકા



1. **હથેળીઓ -** હાથને પાણીથી ભીના કરો અને હાથની બધી સપાટી પર લાગી શકે તેટલો સાબુ લગાવો. બંને હાથની હથેળીને એકબીજા સાથે ઘસો.
2. **હાથની પાછળ અને આંગળીઓ વચ્ચે -** એકબીજા સાથે જોડાયેલી આંગળીઓ વડે બીજા હાથની હથેળી વડે દરેક હાથની પાછળ ઘસો.
3. **આંગળીઓ વચ્ચે -** બંને હથેળીથી આંગળીઓ વચ્ચે એકબીજા સાથે ઘસો.
4. **આંગળીના નખ -** આંગળીઓના પાછળના ભાગ પર વિરોધી હાથની હથેળીઓ સાથે એકબીજા સાથે જોડાયેલા આંગળીઓ વડે ઘસો.
5. **અંગુઠો -** રોટેશનલ ગતિનો ઉપયોગ કરીને સામેના હાથમાં પકડેલા દરેક અંગૂઠાને ઘસો.
6. **આંગળીઓની ટીપ્સ અને કાંડા -** વર્તુળાકાર ગતિમાં વિરુદ્ધ હથેળીમાં આંગળીઓની ટીપ્સ ઘસો. રોટેશનલ ગતિમાં દરેક કાંડાને વિરુદ્ધ હાથથી ઘસો.
7. **ધુઓ અને સૂકવો -** હાથને પાણી વડે ધુઓ. નળ બંધ કરવા માટે કોણી અથવા સ્વચ્છ ટુવાલનો ઉપયોગ કરો. સ્વચ્છ સૂકા ટુવાલ વડે સારી રીતે સુકાવો.

અમારો સંપર્ક કેવી રીતે કરવો

અમારી વેબસાઈટમાં વિસ્તૃત માહિતી છે: **spamedica.co.uk**

સામાન્ય પૂછપરછ

તમારી શસ્ત્રક્રિયા સંબંધિત બિન-તાકીદના પ્રશ્નો માટે, આ માટે અમારો સંપર્ક કરો: • એપોઈન્ટમેન્ટ માહિતી • પરિવહન પ્રશ્નો • તમારી સારવાર વિશે પ્રશ્નો	ટેલિફોન: **0330 058 4280** સોમવારથી શનિવાર, સવારે 8 થી સાંજે 6 વાગ્યા સુધી ઈમેઈલ: **contact@spamedica.co.uk**

કટોકટીની સહાયતા

જો તમને આમાંના કોઈપણ લક્ષણોનો અનુભવ થાય તો **તાત્કાલિકઅમને** કૉલ કરો: • અસહ્ય દુખાવો • ઉબકા અને ઉલટી સાથે માથાના આગળના ભાગમાં તીવ્ર અને સતત દુખાવો (પેરાસીટામોલ લીધા પછી પણ) • દ્રષ્ટિ ખરાબ થવામાં પ્રગતિ અથવા દ્રષ્ટિ ગુમાવવી	ટેલિફોન: **0161 838 0883** દિવસમાં 24 કલાક, વર્ષના 365 દિવસ

પ્રતિસાદ અને ફરિયાદો

SpaMedica હંમેશા અમારા દર્દીઓને સાંભળે છે અને અમે તમારા પ્રતિસાદને મૂલ્યવાન ગણીએ છીએ. કૃપા કરીને અમને જણાવો કે અમે શું સારું કરીએ છીએ અને અમે શું વધુ સારું કરી શકીએ છીએ.

તમારા અનુભવ વિશે અમને જણાવવા માટે અમારી દરેક હોસ્પિટલોમાં પ્રતિસાદ કાર્ડ ઉપલબ્ધ છે. કૃપા કરીને નીચેની સંપર્ક વિગતોનો ઉપયોગ કરીને તમારો પ્રતિસાદ અમને મોકલો:

ઈમેઈલ: **feedback@spamedica.co.uk**

સરનામું: **મુખ્ય સંચાલક અધિકારી, SpaMedica Ltd.,
43 Churchgate, Bolton, BL1 1HU**

જો તમે તમને આપવામાં આવેલી સેવાથી ખુશ નથી, તો કૃપા કરીને કોઈપણ ચિંતા અંગે હોસ્પિટલ મેનેજર સાથે વાત કરો અથવા ઉપરના સરનામે અમને લખો.

જો તમે SpaMedica ને ફરિયાદ કરો છો અને પ્રતિસાદથી સંતુષ્ટ નથી, તો તમે નીચેની સંપર્ક વિગતોનો ઉપયોગ કરીને સંસદીય અને આરોગ્ય સેવા લોકપાલ (PHSO) નો સંપર્ક કરી શકો છો:

PHSO વેબસાઈટ પર ઓનલાઈન ફોર્મ સંપૂર્ણ ભરો -
www.ombudsman.org.uk/#complaint-checkerPHSO

ગ્રાહક હેલ્પલાઈન – 0345 015 4033 સવારે 8:30 થી સાંજના 5:30 સુધી, સોમવારથી શુક્રવાર, બેંકની રજાઓ સિવાય.

PHSO 'કૉલ બેક' સેવાને ટેક્સ્ટ સંદેશ મોકલો:
07624 813 005, તમારા નામ અને મોબાઈલ નંબર સાથે.

નોંધો

કૃપા કરીને આ પુસ્તિકા તમારી સાથે લાવો અને તમે તમારી મુલાકાત સમયે પૂછવા ઈચ્છતા હોવ તેવા કોઈપણ પ્રશ્નો લખવા માટે આ પૃષ્ઠનો ઉપયોગ કરો.

SpaMedica

Planting trees to catch carbon
23119900851
Carbon Captured Material

અમારો સંપર્ક કરો

સામાન્ય પૂછપરછ માટે કૃપા કરીને નીચેના નંબર પર અમારો સંપર્ક કરો:

ટેલિફોન: **0330 058 4280**

ઈમેઈલ: **contact@spamedica.co.uk**

અહીં સ્કેન કરો

વેબસાઈટ

વેબસાઈટ
spamedica.co.uk વધુ જાણવા માટે મોતિયાની શસ્ત્રક્રિયા વિશે

સરનામું:
SpaMedica Ltd. 43 Churchgate, Bolton, BL1 1HU

SM_LBB0028_1223
GUJARATI