



환자 교육

안과



눈 수술 후

환자 눈 관리 설명서

이 책자는 눈 수술 후 무엇을 예상하고 눈 관리, 눈에 안약이나 연고를 넣는 순서, 그리고 필요하면 언제 의사 선생님이나 간호사에게 전화해야 하는지를 자세히 설명합니다.

눈 수술 후의 관리

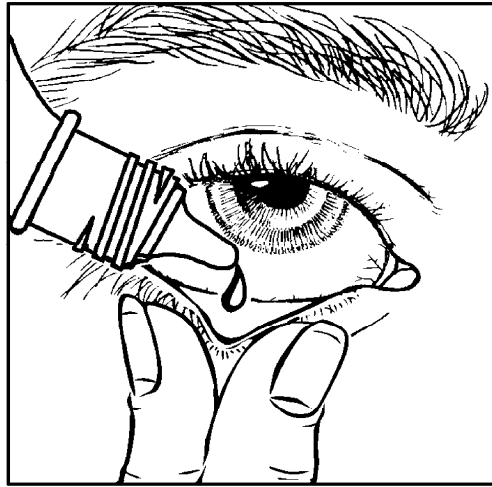
- 만일 환자분이 병원에 계시는 동안 눈을 보호 하기위해서 금속 안대를 쓰고 계셨으면, 환자분이 하실 수 있는 가장 중요한것은 눈을 부딪치지 않게 방지하는 것입니다.
- 밤에 주무시는 동안과 낮잠 주무실때, 눈을 보호하기 위하여 거즈패드 없이 금속 안대를 쓰십시오.
- 낮에는, 금속 안대를 떼고 눈을 보호하기 위하여 썬글라스를 쓰셔도 됩니다.

수술 후 예상 되는 것들

- **흐린 시력** - 시간이 지나면서 나아질 것입니다. 가장 선명한 시력은 수술 이후 한달뒤 눈이 충분히 아물어서 새 안경 처방을 받을 수 있을 때 올것입니다.
- **깔깔한 느낌** - 눈에 무엇이 들어있는것 같음.
- **민감성** - 밝은 불빛. 만일 이러한 문제가 있으면 썬글라스가 도움이 될것입니다.
- **부기** - 약간의 부기가 있을것이고 또한 눈과 눈꺼풀의 붉은기를 포함할 수도 있습니다.

안약이나 연고를 사용할때

1. 손을 물과 비누로 씻으십시오. 행구고 철저히 말리십시오.
2. 양쪽 눈을 다 뜨고 머리 윗쪽을 보십시오.
3. 손을 이마에 고정 시키고 아랫 눈꺼풀을 밑으로 당기십시오.
4. 안약을 아랫 눈꺼풀 안쪽 눈 주머니안에 한 방울 떨어뜨리십시오.
5. 안약 병이나 연고 튜브 끝은 안구 자체에 닿지 말아야 합니다.
6. 1 가지 이상의 안약을 동시에 사용하지 마십시오. 약은 5 분 간격을 두고 사용하십시오. 만일 안약과 연고 두가지를 사용하시면 연고는 안약을 넣은 다음 사용하십시오.



안약 넣기.

만약 환자 자신이 안약을 넣게 되면, 넣는 것이 쉬울 수도 있습니다. 가족이나 친구들에게 환자분이 안약을 눈 안에 확실히 넣었는지 보고 확인해 달라고 부탁하십시오. 혼자서 하실 경우 거울을 사용하면 도움이 될 수도 있습니다.

아래와 같은 증상이 있으면 의사나 간호사에게 전화 하십시오:

- 갑자기 오는 눈의 통증.
- 증가되는 부기, 붉은기 또는 눈에서 분비물이 나오면.
- 수술받은 눈이 퇴원할 때와 비교해서 선명함의 감소.
- 메스꺼움, 구토, 눈의 통증(두통이 있거나 또는 없이)등이 특별히 수술한 날 또는 수술 후 몇일동안 있으면. 만일 이와같은 증상이 있으면, 수술과 관련이 있을 수도 있기 때문에 즉시 수술한 의사선생님께 전화 하십시오.

만일 이러한 증상이 나타나면:

- 낮에는 안과 **206-598-4011** 로 전화 하십시오.
- 또는 **206-598-6190** 으로 전화하여 교환수에게 당직 안과 의사선생님을 부탁하십시오.
- 만일 당직 의사선생님과 통화가 안되면, 워싱턴 대학 종합병원 응급실에서 도와 드릴 것입니다. 응급실 전화는 **206-598-4000** 입니다.

따라야할 지침표

눈 치유에 방해되 일은 아무것도 하지 않는 것이 매우 중요합니다. 보통 어떠한 활동이 눈에 무리를 줄 수 있을지는 환자분의 일반 상식으로 알 수 있을 것입니다. 눈을 보호하고 치유를 촉진하기 위하여 이와 같은 할것과 안할것들을 따르십시오:

질문 있으십니까?

206-598-4011 로
전화하십시오.

귀하의 질문은
중요합니다. 만약
질문이나 걱정되는 점이
있으시면 담당 의사
선생님이나 의료진에게
연락하십시오. 또한
UWMC 의 직원들은
언제든지 도와드릴
준비가 되어 있습니다.

안과:
206-598-4011

하십시오:

- 아스피린과 항응고제를 포함해서 수술하기전에 드시던 모든 처방약들을 다시 복용하십시오.
- 샤워나 목욕을 하십시오. 머리는 감아도 되지만 눈에 비누나 샴푸가 들어가는것을 피하십시오.
- 텔레비전 시청이나 독서를 해도 됩니다. 이와같은 활동이 눈에 손상을 주지는 않을 것입니다.
- 간단한 집안일을 하십시오.
- 사무직은 수술후 일주일안에 돌아가고, 신체적 노동일은 한달 후에 돌아가십시오.
- 수술한 다음날 예약에 오실 때는 가족이나 친구에게 운전을 부탁하십시오.
- 처방전 없이 살 수 있는 약들은 드셔도 되고 만일 기침, 구토 또는 변비와 같은 문제들이 있으면 담당 의사 선생님께 말하십시오.

하지 마십시오:

- 수술한 눈 부딪치는것.
- 눈 비비는것.
- 발쪽으로 몸을 굽히는것. 만일 무엇을 집어 올려야하면 무릎을 굽히고, 머리를 숙이지 말고 짐으십시오. 머리를 숙이지 않고 신발 끈매기, 양말이나 스타킹 신는것을 배우십시오..
- 잡아 당겨 입어야하는 곤란한옷을 입으려고 하거나 또는 무거운 것을 밀거나 들어 올리려고 무리함. 수술 후 첫 3-4 주까지 10 파운드 이상은 들어 올리지 마십시오.
- 담당 의사선생님께서 모든 정상활동을 다시 시작하라고 할때까지 격렬한 활동 또는 신체 접촉 운동 참여.

차후 예약

수술 이후 눈을 보호하고, 차후 예약을 지키는것과 담당 의사선생님의 모든 치료 지시를 따르는 것이 중요합니다. 차후 예약은 보통 수술한 다음날, 한주 후, 그리고 한달 후를 필요로 합니다.

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Eye Center

Box 356163

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195

206-598-4011



After Eye Surgery

Patient care instructions

This handout details what to expect and care instructions for after eye surgery, steps for putting in eye drops or ointment, and when to call the doctor or nurse, if needed.

Taking Care of Your Eye After Surgery

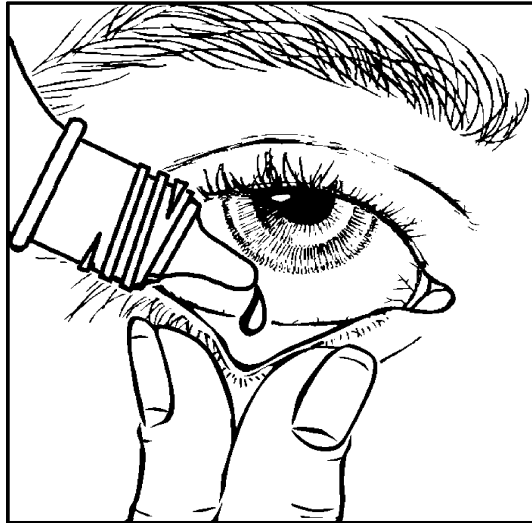
- If you were wearing a metal eye shield for protection while you were in the hospital, the most important thing you can do is prevent your eye from getting bumped.
- To help protect your eye during the night and when napping, wear your shield without an eye pad.
- During the day, your shield can be removed and you may use your glasses for protection.

What to Expect After Eye Surgery

- **Blurred vision** – that will improve with time. Your clearest vision will come after the eye has healed enough to prescribe new glasses, which are not prescribed until at least 1 month after surgery.
- **Scratchy feeling** – like something is in your eye.
- **Sensitivity** – to bright light. Sunglasses will help if this is a problem.
- **Swelling** – that will be mild and may also include redness of the eye and eyelids.

When Using Eye Drops or Ointment

1. Wash your hands with soap and water. Rinse and dry thoroughly.
2. Look up over the top of your head with BOTH EYES OPEN.
3. Pull your lower lid down while keeping your hand steady on your forehead.
4. Put a drop of medicine in the sac behind your lower lid.



Applying eye drops.

5. The tip of the dropper or ointment tube should not touch the eyeball itself.
6. Do not use more than 1 eye medicine at a time. Wait 5 minutes between medicines. If you are using both drops and ointment, use the ointment **AFTER** the drops.

If you put in your own drops, it may be easier to lie down. Ask a family member or friend to check and see if you are actually getting the eye medication into your eye. A mirror may be helpful if you are doing this alone.

Call Your Doctor or Nurse If You Notice:

- Any sudden onset of eye pain.
- An increase in swelling, redness or discharge from the eye.
- A decrease in the clearness of vision in the operated eye, as compared to your vision in the operated eye on the day of discharge from the hospital.
- Nausea, vomiting, aching eye pain (with or without headaches), especially on the day of surgery or in the first several days after surgery. If you have any of these symptoms, call your surgeon right away since they may be related to your surgery.

If any of these symptoms occur:

- Call the Eye Center at **206-598-4011** during the day.
- Or call the paging operator at **206-598-6190** and ask for the ophthalmologist on call.
- If you are not able to reach the doctor on call, University of Washington Medical Center Emergency Department will help you. Their number is **206-598-4000**.

Questions?

Call 206-598-4011

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC Clinic staff are also available to help at any time.

Eye Center:
206-598-4011

Follow These Tips

It is important that you do nothing that will interfere with the healing of your eye. Your common sense will generally tell you what activities might put too much strain on your eye. To protect your eye and promote healing, follow these dos and don'ts:

Do:

- Resume taking any drugs prescribed to you before your operation, including aspirin and anticoagulants.
- Take showers or baths. It is OK to shampoo your hair, but avoid getting soap or shampoo in your eye.
- Watch television or read. These activities will not damage your eye.
- Do light household chores.
- Return to sedentary employment within 1 week and to manual labor employment 1 month after surgery.
- Ask a family member or friend to drive you to your appointment on the day after surgery.
- Take over-the-counter medications and let your doctor know if you have problems with coughing, vomiting or constipation.

Don't:

- Bump the operated eye.
- Rub your eye.
- Bend over in the direction of your feet. If you must pick something up, bend your knees and keep your head above your shoulders. Learn to tie your shoelaces, put on your socks or stockings, etc. without bending over.
- Strain by trying to pull on difficult garments or lifting or pushing heavy objects. Do not lift objects heavier than 10 pounds for the first 3 to 4 weeks after surgery.
- Participate in strenuous activities or contact sports until your doctor tells you to resume all normal activities.

Your Follow-up Visits

After surgery, it is important to protect your eye, keep your scheduled follow-up appointments, and follow all of your doctor's care instructions. Follow-up visits are usually required the day after surgery, a week after surgery, and a month after surgery.

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Eye Center

Box 356163

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195

206-598-4011