

1 NGÀY ĐẦU SAU TIÊM

- ✓ Tháo băng: 2 giờ sau tiêm thuốc, không băng lại mắt
- ✓ Thuốc: Nhỏ thuốc sớm ngay sau khi tháo băng. Nhỏ thuốc theo toa bác sĩ

Lưu ý:

- ▶ Rửa sạch tay trước khi nhỏ thuốc
- ▶ **Không** để đầu lọ thuốc chạm vào mắt
- ▶ **Không** tự ý nhỏ thuốc nhiều lần
- ▶ Khi nhỏ 2 hay nhiều loại thuốc thì phải nhỏ cách nhau ít nhất 15 phút
- ▶ **Không** tự ý mua thuốc nhỏ mắt khi chưa có chỉ định của bác sĩ

2 DINH DƯỠNG SAU TIÊM THUỐC

- ✓ Ăn theo chế độ bệnh lý (nếu có)
- ✓ Tránh thức ăn gây dị ứng
- ✓ Ăn theo nhu cầu đủ chất: cơm, thịt heo, bò, gà, cá, tôm, cua, rau muống, củ quả,...
- ✓ Uống nhiều nước tránh táo bón, khoảng 2 đến 3 lít/ngày, tăng cường rau xanh, trái cây tươi
- ✓ **Không** nên hút thuốc lá, hạn chế bia rượu.



3 THEO DÕI BẤT THƯỜNG VÀ TÁI KHÁM

- ✓ Người bệnh theo dõi hàng ngày xem mắt có mờ hay sáng
- ✓ Tái khám đúng lịch hẹn
- ✓ Tái khám ngay khi có 1 trong các dấu hiệu sau: mắt nhìn thấy mờ đột ngột; mắt đau nhức dữ dội, ghèn nhiều, chấn thương trực tiếp vào mắt, mắt tiêm thuốc sưng, đỏ, đau, rỉ nhiều dịch, sốt trên 38 độ,...



4 CHĂM SÓC, PHÒNG NGỪA BIẾN CHỨNG

- ✓ Khám mắt định kỳ
- ✓ Tiêm thuốc đúng lịch bác sĩ hẹn, tiêm thuốc đủ liều
- ✓ Kiểm soát đường huyết tốt
- ✓ Nên đeo kính râm hoặc kính bảo hộ thường xuyên tránh bụi
- ✓ Nên nằm hoặc ngồi nghỉ ngơi tại chỗ theo dõi tình trạng thuốc sau tiêm
- ✓ **Không** nên dụi mắt, không dè lên mắt tiêm thuốc
- ✓ Vệ sinh mắt nhẹ nhàng, không để xà phòng dính vào mắt
- ✓ Phải giữ vệ sinh mắt cẩn thận phòng ngừa nhiễm trùng sau tiêm thuốc
- ✓ Đối với NB không đi lại được: Người nhà giúp đỡ NB vệ sinh mắt, nhỏ thuốc, ăn uống, vệ sinh mắt như trên

