



## Рекомендации после операции LASIK/ Femto LASIK

### После операции необходимо посещать врача.

- На следующий день после операции Вам необходимо явиться в клинику на осмотр в назначенное время;
- В дальнейшем контрольные обследования рекомендуется проводить через 2-3 недели, затем через 2-2.5 месяца в Офтальмологическом Лазерном Центре или у окулиста по месту жительства;
- При необходимости осмотра в сроки после 3 месяцев со дня операции, необходима предварительная запись на платный повторный прием;

### В ритм жизни входим постепенно:

- На следующий день после операции Вы можете умываться, допуская попадание воды в оперированный глаз, пользоваться косметикой, смотреть телевизор возможно через 1-2 дня, также при высокой остроте зрения возможно вождение автомобиля;
- Для ускорения адаптации рекомендуется выполнять зрительную гимнастику после операции в течение 3-4 недель:

#### ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ:

Из цветной бумаги вырезать кружок диаметром 0,5 - 1 см (или небольшой фрагмент газетного текста), наклеить его на оконное стекло. Встать у окна так, чтобы расстояние от кружка до глаза было 30-40 см. Смотреть попеременно 15 секунд на кружок, затем 15 секунд на отдалённый объект, выбранный заранее. Занятия проводятся 3 раза в день для каждого глаза отдельно и двумя глазами одновременно по 3-5 минуты в течение 3-4 недель;

### Вам необходимо закапывать капли после операции:

1. **ДЕКСАМЕТАЗОН 0.1%** капать по 1 капле 3 раза в день 3 дня.

2. Увлажняющие капли:

**СИСТЕЙН** (Аналоги: **ОПТИНОЛ, ХИЛО КОМОД, СЛЕЗОЛ ФОРТЕ, ОФТАГЕЛЬ**)

капать по 1 капле в оба глаза 3-4 раза в день при работе с компьютером, при возникновении дискомфорта, сухости глаз, лёгкого покраснения, ощущения песка, засоренности. Продолжительность до 2-3х месяцев

- Строго выполните весь назначенный курс послеоперационного закапывания глазных капель;
- Контактные виды спорта (футбол, волейбол, баскетбол) не рекомендуется до 1 месяца после операции; фитнесом и йогой можно заниматься вскоре после операции;
- Не рекомендуется посещение бассейна, парной в бане и сауне в течение 2 недель;
- В случае возникновения вопросов или беспокойств, обязательно сообщите нам.  
*Наши контакты: 0559-099-011, 0770-099-100, 0704-00-91-93.*

Надеемся, что Вы получили исчерпывающую информацию и будете тщательно выполнять все наши рекомендации.

*С уважением, Офтальмологический Лазерный Центр!*



## **LASIK/ Femto LASIK операциясынан кийинки сунуштар**

### **Операциядан кийин дарыгердин карамагында болуу керек!**

- Операциядан эртеси күнү белгиленген убакка клиникага келүү керек;
- Операциядан 2-3 жумадан жана 2-2.5 айдан кийин биздин борборго же жашаган жериңиздеги дарыгерге кайрылуу сунушталат;
- 3-чү айдан кийин текшерүүлөр алдын ала жазылуу аркылуу жүргүзүлүп, кошумча төлөм талап кылынат;

### **Күнүмдүк жашоону акырындык менен баштаңыз:**

- Операциядан эртеси күндөн тартып көзгө сууну тийгизип, жуунууга, косметика колдонууга, сыналгы көрүп, телефон колдонууга болот жана көрүүңүз канаатандырарлуу денгээлде болсо, машине айдаганга да уруксат берилет;
- Көрүүнүн калыбына келүүсүн тездетүү максатында, операциядан кийин 3-4 жума бою көзгө көнүгүү аткаруу сунушталат:

### **КӨЗГӨ КӨНҮГҮҮ ЖАСООДОГУ НУСКАМА:**

Түстүү кагаздан 0,5-1 см диаметрдеги тегерек кесип алыңыз (же гезиттин кичинекей фрагментин), аны терезеге жабыштырыңыз. Терезенин жанына кагаздан 30-40 см аралыкта туруңуз. 15 секунда тегерекке карап, 15 секунда алыстагы алдын ала тандалган объектти караңыз. Көнүгүүнү 3-5 минутадан, күнүнө 3-4 жолу ар бир көзгө бөлөк, андан кийин эки көзгө биргеликте 3-4 жума аткарыңыз.

### **Көзгө тамызылуучу дарылар:**

1. **ДЕКСАМЕТАЗОН 0.1%** 1 тамчыдан 3 маал 3 күн.
2. Көздү нымдоочу тамчылар:  
**СИСТЕЙН (ОПТИНОЛ, ХИЛО КОМОД, СЛЕЗОЛ ФОРТЕ, ОФТАГЕЛЬ)**  
1 тамчыдан күнүнө 3-4 маал, өзгөчө компьютер менен иштегенде, дискомфорт болгондо, көз кургап, кызарып, ачышып, кум түшкөндөй сезимдер болгондо. Бул тамчыларды 2-3 ай бою колдонууга болот.

- Тамчыларды тамызуу режимин так жана толугу менен аткарыңыз;
- Кээ бир спорттун түрлөрүн (футбол, волейбол, баскетбол) бир айга чейин чектеп туруу керек. Фитнес, йогага операциядан кийин эле уруксат берилет;
- Мончо жана бассейнди 2 жумага чейин чектөө керек;
- Эгерде Сиздин көзүңүздүн абалы тынчсыздандырса, бизге төмөндөгү телефондор аркылуу кайрылыңыз: 0559-099-011, 0770-099-100, 0704-00-91-93.

Сиз бул баракчадан толук маалымат алып, сунуштарыбызды так аткарасыз деген үмүттөбүз.

***Терең урматтоо менен, Офтальмологиялык Лазер Борбору!***