よくあるご質問　Q&A



よくある質問を列挙しました。ご心配になりましたら、まずこれを読んでいただき、
それでも異常を感じるようでしたら、緊急電話にご連絡ください。

Q. 局所的に赤いのですが、大丈夫でしょうか？

切ったところの内出血は1－2週間で消えますので、ご安心ください。

Q. 目薬の順番はありますか？

特にありません。

Q. 一滴で大丈夫ですか？

1滴で十分です。ただし、入ったかどうか心配な場合は、もう1滴点してください。
2滴点しても、3滴点しても、目が吸収する量は、1滴と変わりません。

Q. まだ霞んで見えるのですが、大丈夫でしょうか？

手術当日は、すっきりは見えません。霞むのは普通です。ただし、頭痛や吐き気を伴うような場合は、眼圧が極度に上がっていることがありますので、お電話ください。

Q. 寝ている間は、目薬はどうしたらよいですか？

特に点す必要はありません。

Q. 夜、目が覚めた時には、点眼をした方がいいですか？

可能なら点していただくとよいですが、絶対に必要ではありません。

Q. お風呂はいつから入れますか？

首から下をシャワーでさっと流したり、湯船に軽く浸かる程度であれば、翌日から大丈夫です。

Q. 顔や髪の毛はいつから洗えますか？

手術日から数えて【白内障・ICL：3日後】【SMILEなど（レーザー）：2日後】から可能です。ただし、目に石鹸やシャンプーが入らないようにしてください。美容院での洗髪であれば、手術翌日からでも構いません。

Q. 点眼の間隔は必ず5分空けなくてはてはいけませんか？

連続して点すと、前の目薬が流されてしまいますので、理想は5分空けることです。
ただし、1分でも、50％は吸収されていると言われておりますので、5分が大変なら1分でも結構ですので、確実に点すようにしてください。

Q. テレビは絶対に見てはいけませんか？

手術当日はできるだけ控えるようにしていただきたいですが、2-30分程度であれば、大丈夫です。疲れない程度であれば、翌日から少しずつ時間を延ばしていただいても構いません。

Q. お酒や煙草は絶対にダメですか？

1週間は必ず我慢してください。

Q. コロコロするのですが、大丈夫でしょうか？

しばらくは異物感が出ますが、激痛でなければ、心配ありません。

Q. 散歩も駄目でしょうか？

涼しい時間の散歩であれば大丈夫です。

Q. 運動は1ヶ月はしてはいけませんか？

心拍数が上がり、汗をかくような運動はお控えください。

Q. ストレッチや軽い散歩（30分程度）もしてはいけませんか？

1週間後から大丈夫です。

Q. 自転車はいつから乗ってもいいですか？

短い距離を、汗をかかない程度に軽く漕ぐのであれば、3日後から大丈夫です。

Q. 少しだけパソコンやスマホを見てもいいですか？

手術当日はできるだけ控えるようにしていただきたいですが、10分程度であれば、大丈夫です。1週間はできるだけ短時間で、疲れない程度であれば、少しずつ時間を延ばしていただいても構いません。

Q. 読書はいつからできますか？

1週間は控えめにしてください。まったく駄目ではありませんが、必要最小限でお願いします。

Q. 温泉やスーパー銭湯はいつから入れますか？

温泉の湯（水）は水道水に比べて綺麗ではないと思いますので、1ヶ月は我慢してください。

Q. 仕事はどのくらい休まなければいけませんか？

仕事の内容にもよりますが、汗をかくような重労働は1週間はしないようにしてください。事務的な軽作業であれば、3日後から可能と思われます。ただし、パソコン業務は、術後1週間は、通常の半分くらいの時間に留めてください。

Q. 旅行はいつから行ってもいいですか？

国内旅行なら1週間後からは大丈夫です。旅行は1ヶ月後から許可します。

Q. 飛行機はいつから乗れますか？

翌日からで大丈夫です。気圧の変動などは特に気にされなくてもよいです。