手術当日 【ICL・LASIK・SMILE・LASEK・PRK】



髪： 髪の長い方はゴムで2つにまとめて
いただきます（ゴムをお持ちください）
ヘアピンはお外しください。



服装： 楽な服装でお越しください。
ポケットの中は空にし、アクセサリー、時計などの
装飾品はお外しください。



化粧： ノーメイクでお願いします。（日焼け止め・眉毛も）
香水、整髪料はお控えください。まつ毛エクステは3日前（点眼開始時）までに
外し、爪の色を確認するため、ネイル全般は当日までに落としてください。

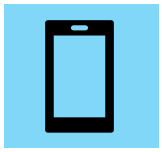
術後の生活 【ICL・LASIK・SMILE・LASEK・PRK】



運転： 翌日診で視力が出ていれば昼間の運転は可能です。夜の運転は1週間後
から可能です。（バイク・自転車も同様）



ﾊﾟｿｺﾝ： 2日間はお休みください。3日後からは1時間使ったら10分程度休憩をす
ることが望ましいです。通常使用時間の 50%程度に留めてください。
1週間検診後は通常通りで結構です。



ｽﾏﾎ・携帯： 2～3 日はメールのチェック程度に留めてください。ゲームや長時間の使
用は1週間後からです。



運動： 1 週間からストレッチや軽い散歩程度（30分程度） 本格的なスポーツは
1ヶ月後からです。ボーリングやゴルフのアプローチ程度なら2週間後から
で結構です。



ﾃﾚﾋﾞ： 2～3 日はぼーっと見る程度に留めてください。1週間たったら通常通りで
構いません。



本・新聞： 2～3 日は少なめで（多くても 1～2 時間まで）で斜め読み程度に留めてく
ださい。



料理： 翌日までは必要最低限に留めてください。1 週間は水や油・煙が入らないように保護メガネをかけてください。



ｶﾞｰﾃﾞﾆﾝｸﾞ： 1週間お控えください。その後1ヶ月までは土が目に入らないよう保護メガネをかけてください。



旅行： 1週間はお控えください。その後は、行かれる場所の衛生状態によるので医師と相談してください。



保護ﾒｶﾞﾈ： 1週間かけてください。



入浴： 翌日診察後、首から下のみ可能です。



洗髪・洗顔： ICL は 3 日後、LASIK・PRK は 2 日後、SMILE（pro 含む）は翌日から可能です。（1週間は目に石鹸が入らないように）
美容院で上を向いての洗髪は翌日診で問題なければ構いません。



化粧： アイメイクは1週間後から、目の周りを避けてのメイクは3日後から可能です。



ﾀﾊﾞｺ・お酒： 炎症を引き起こす可能性があるため、1週間後からです。



仕事： 2日後までは目を休め、3日以降も埃っぽい、汗が目に入るような作業はお控えください。重労働は1週間後から可能です。

手術当日は、ご自宅で安静にしてください。

2025. 9 月