



## การเตรียมตัวก่อนทำศัลยกรรม

นพ.สุกิจ เมษรักรักษาวิช

เพื่อให้การผ่าตัดศัลยกรรมเสริมสวยได้ผลดี ผู้ที่จะเข้ารับการผ่าตัดควรเตรียมตัวดังนี้

1. หมั่นตรวจสอบสุขภาพตนเอง หรือตรวจเช็คสุขภาพประจำปี เพื่อประเมินว่ามีโรคต่างๆแอบแฝงอยู่ โดยที่ยังไม่ได้แสดงอาการหรือไม่ โดยเฉพาะในคนไข้ที่มีความเสี่ยง เช่น มีอายุที่มากขึ้น มีประวัติในครอบครัว โรคที่มีโอกาสเกิดขึ้นได้ เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหัวใจ โรคเกี่ยวกับระบบการหยุดเลือด ทำให้เลือดออกมากผิดปกติ หรือเลือดหยุดยาก
2. ในรายที่มีความเสี่ยงต่อระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง เช่น โรคเอดส์ เบาหวาน โรคไต จะทำให้เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาเรื่องแผลหายยาก เสี่ยงต่อการติดเชื้อ จำเป็นต้องแจ้งให้แพทย์ทราบ เพื่อให้การป้องกันเป็นพิเศษมากกว่าในรายทั่วไป
3. แจ้งโรคประจำตัว ยาที่ใช้ประจำ ประวัติการแพ้ยา รับประทาน หรือยาชา ยาสลบ ให้แพทย์ทราบ สำหรับผู้หญิงควรให้ข้อมูลการมีประจำเดือนให้ด้วย เพื่อหลีกเลี่ยงการกระทบต่อการตั้งครรภ์
4. หลีกเลี่ยงทำการผ่าตัดบริเวณใบหน้า หรือในบริเวณใกล้เคียงที่มีการติดเชื้อ เช่น เป็นไซนัสอักเสบเป็นหนอง หรือเป็นหัวล้านมูกเขียว สิวอักเสบเป็นหนอง เป็นต้น ควรควบคุมการติดเชื้อให้ดีก่อนทำ
5. งดหรือเลิกสูบบุหรี่ อย่างน้อย 4 สัปดาห์ ก่อนและหลังผ่าตัด เพราะสารที่อยู่ในบุหรี่จะทำลายเซลล์ที่จะซ่อมแซมการหายของแผล และมีผลทำให้เลือดที่จะมาหล่อเลี้ยงบริเวณผ่าตัดลดลง มีโอกาสทำให้ผิวหนังที่ผ่าตัดขาดเลือด หายช้า เสี่ยงต่อการติดเชื้อ
6. งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในคืนก่อนผ่าตัด และ 1 สัปดาห์หลังผ่าตัด
7. งดกลุ่มยาที่จะมีผลต่อการหยุดเลือด เช่น แอสไพริน อย่างน้อยสองสัปดาห์ก่อนการผ่าตัด และวิตามิน อาหารเสริมต่างๆ เช่น วิตามินอี น้ำมันปลา เมล็ดองุ่น ไบอะเพกัวช โสม
8. รายที่ต้องใช้ยาคุมสลบ หรือยากระบบประสาท ควรงดน้ำและอาหารอย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง และควรมีผู้ที่มารับหลังทำเสร็จ เพราะจะมีฤทธิ์หรือผลบางอย่างของยาที่ทำให้เหลืออยู่
9. เตรียมใส่เสื้อผ้าที่หลวมสบาย ถอดใส่ง่าย หากจะทำการผ่าตัดบริเวณใบหน้าให้งดการแต่งหน้า ถ้าจะผ่าตัดบริเวณลำตัวงดการใช้โลชั่นในเช้าวันที่จะผ่าตัด
10. เตรียมภาวะจิตใจให้พร้อม ไม่ตื่นเต้นมากกว่าความเป็นจริง และควรรับทราบว่าหลังการผ่าตัดมีโอกาสเกิดรอยช้ำและการเปลี่ยนแปลง ซึ่งต้องใช้เวลาในการเข้าที่หรือความเคยชินกับภาพลักษณ์ใหม่
11. กรณีที่มีการให้เซ็น informed consent ข้อมูลยินยอมผ่าตัด ควรอ่านให้เข้าใจก่อนลงลายเซ็น