

Befaroplastika (operácia horných alebo dolných očných viečok)

1. Predoperačná príprava (2 týždne pred zákrokom)

Príprava začína už doma. Vaším cieľom je minimalizovať riziko krvácania a opuchov.

- **Lieky a doplnky:** 14 dní pred operáciou vysaďte lieky zvyšujúce krvácanosť (napr. **Anopyrin, Acylpyrin, Warfarin, Ibuprofen, Pelentan, Xarelto, Aspirol**). Taktiež obmedzte výživové doplnky ako **Ginkgo biloba, vitamín E a rybí olej**. V lekárni si kúpte **Heparoid masť, Aescin tbl., Ophthalmo-Septonex kvapky aj masť, tabletky od bolesti a gélové obklady** na chladenie.
- Cca 14 dní pred operáciou, prosíme na náš **účet SK28 0900 0000 0051 7013 3546 vložiť zálohu za operáciu**. Do poznámky napíšte Vaše priezvisko a meno a záloha za typ operácie. Ak sa nedostavíte na zákrok, záloha Vám nebude vrátená.
- **Fajčenie a alkohol:** Odporúčame prestať fajčiť aspoň 2 týždne pred a po operácii. Nikotín sťahuje cievy a výrazne spomaľuje hojenie tkanív. Alkohol vynechajte aspoň 3 dni vopred.
- **Zdravotný stav:** Ak ochoriete (viróza, herpes, silný kašeľ), informujte kliniku. Operácia sa vykonáva len v plnom zdraví.
- **Cca 14 dní pred plánovanou operáciou** si dajte odobrať krv cestou Vášho obvodného lekára na zrážacie faktory (hemokoagulačné faktory). Výsledky doneste v deň operácie so sebou. Ak by boli výsledky zlé, prosím oznámte nám to pred operáciou telefonicky.

Deň operácie

- Na zákrok prídte **nenalíčená** (žiaden make-up, riasenka, nenakrémovať očné okolie, umelé mihalnice).
- V deň operácie sa môžete ľahko naraňajkovať a lieky, ktoré bežne užívate si užite, okrem liekov na riedenie krvi. Šperky si zložte
- Ak nosíte **kontaktné šošovky**, v deň operácie ich nahraďte okuliarmi.
- Oblečte si pohodlné oblečenie so zapínaním vpredu (nie cez hlavu).
- Zabezpečte si **odvoz domov**; po zákroku nesmiete šoférovať.

2. Priebeh operácie

Samotný zákrok trvá zvyčajne **60 až 90 minút** v závislosti od rozsahu (horné, dolné alebo oboje).

1. **Anestézia:** Najčastejšie prebieha v lokálnej anestézii (znecitlivejúce injekcie priamo do viečok). Pacient je pri vedomí, ale nič necíti.
2. **Rez:** * *Horné viečka:* Rez je vedený v prirodzenej záhybovej ryhe.
 - *Dolné viečka:* Rez tesne pod líniou rias alebo z vnútornej strany spojivky
3. **Odstránenie tkaniva:** Chirurg odstráni nadbytočnú kožu a v prípade potreby aj tukové vankúšiky (hernie).
4. **Zatvorenie rany:** Používajú sa veľmi jemné stehy a rana sa prelepuje sterilnými náplastami (strips).

3. Pooperačná starostlivosť (Prvých 48 hodín)

- **Chladenie:** Toto je najdôležitejší bod. Keď prídete domov po operácii doporučujeme kľudový režim, sedieť v polosedie. Na oblasť dolného viečka a líca si natrite Heparoid masť. Do očí si kvapnite očné kvapky. Prikladajte si chladivé gélové obklady – nedávajte obklady z mrazničky, mohli by ste si spôsobiť omrzliny. Tento postup zopakujte do večera 5 krát. Tesne pred spaním si dajte do očí očné masť.

- **Poloha pri spaní:** Spite na chrbte s **vyvýšenou hlavou** (2–3 vankúše). Pomáha to gravitácii odvádzať tekutinu z tváre.
- **Osobná hygiena:** Ráno po operácii si odlepíte z viečok biele lepenie. Oči – očná štrbina – si umyte jemne čistou vodou. Počas dňa si natierajte, chladíte a kvapkajte kvapky do očí ako deň pred – stačí 5x za deň. Na noc si dajte očnú masť do oka. Od ďalšieho dňa si už nemusíte chladit' viečka. Heparoid a očné kvapky s masťou používajte naďalej.
- **Bolestivosť:** Bolesť býva mierna. Postačujú bežné analgetiká (Paralen, Ibalgin), ak lekár neurčí inak.
- 6– ty deň po operácii si odlepte z viečok hnedé lepenie (navlhčíte si vodou lepenie po dobu 5 minút a jemne odlepte). Ranu si môžete umyť vatou tyčinkou navlhčenou vodou alebo micelárnou vodou. Ranu a viečko si môžete pomocou vatovej tyčinky jemne natrieť očnou masťou. Nemasírujte ranu. Nepoužívajte harmančekové a repíkové obklady!

4. Doliečenie a rekonvalescencia

Časový rámec	Činnosť a obmedzenia
9.-10. deň	Odstránenie stehov na klinike. Po vybratí stehov sa začína s jemným premasťovaním jaziev.
1. – 2. týždeň	Ústup najväčších modrín a opuchov. Je možné vrátiť sa do zamestnania (kancelárska práca).
3. týždeň	Možnosť začať s ľahkým pohybom a nosením kontaktných šošoviek.
6. týždeň	Plná fyzická záťaž, sauna, bazén a intenzívne športy.

Dôležité upozornenia:

- **Ochrana pred slnkom:** Jazvy a čerstvá koža sú citlivé. Noste **slnečné okuliare** a používajte krém s **SPF 50** aspoň 2-3 mesiace, aby ste predišli trvalej pigmentácii jaziev.
- **Po dobu 14 dní po operácii** sa vyvarujte predkláňaniu a dvíhaniu ťažkých predmetov. Vyhýbajte sa prachu, vetru, kúpaliskám a saunám 6 týždňov. Nešportujte kontaktne.
- **Tlak v očiach:** Aspoň týždeň sa vyhýbajte dlhému sledovaniu TV, čítaniu alebo práci na PC, aby ste predišli únave a vysychaniu očí.
- **Líčenie:** Make-up na očné okolie môžete aplikovať približne 10–14 dní po operácii (po úplnom uzavretí ranky). Výsledok závisí tiež od hojenia pacienta a jeho prístup k pooperačnej starostlivosti pri dodržaní odporúčaného postupu.

4. Čo môžete očakávať (Možné komplikácie)

- **Opuchy a modriny:** Najvýraznejšie sú 3. deň po operácii, zvyčajne ustúpia do 10 – 14 dní.
- **Pocit suchého oka alebo slzenie:** Dočasný diskomfort, ktorý rieši hydratačné očné kvapky (umelé slzy).
- **Infekcia:** Prejavuje sa zvýšenou bolesťou, začervenaním a teplotou. Rieši sa antibiotikami.
- **Mierna asymetria:** Spôsobená nerovnomernou korekciou a výrazná asymetria môže vyžadovať korekciu.
- **Keloidné jazvy:** Nadmerná tvorba jaziev (individuálna predispozícia kože).
- **Rozmazané videnie:** Krátko po zákroku v dôsledku aplikácie masti do očí alebo opuchu. **V prípade náhlejšieho bolesti, prudkého krvácania alebo zhoršenia videnia je potrebné okamžite kontaktovať kliniku.**