



แก้ปัญหาถุงใต้ตา บวม ดำ จัดเรียงไขมันใต้ตา สู้ดวงตาที่สดใส

ศูนย์ : ศูนย์ศัลยกรรม

บทความโดยแพทย์ : พญ. วิลาสินี อุดคำเที่ยง

ปัญหาถุงใต้ตา บวม ซึ่งมักจะเกิดพร้อมๆ กับความหย่อนคล้อยของผิวหนังรอบดวงตา ริ้วรอยใต้ตา รอยคล้ำใต้ตา นับว่าเป็นเรื่องสร้างความกังวลใจให้กับใครหลายคนอยู่ไม่น้อย โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับสาว ๆ เพราะปัญหาเหล่านี้จะทำให้หน้าดูเหนื่อยหรือดูไม่มีแรง และยังทำให้ใบหน้าหมอง รวมถึงดูมีอายุอีกด้วย แต่ปัญหาเหล่านี้จะหมดไปได้ด้วยการศัลยกรรมผ่าตัดลดถุงใต้ตา และ เทคนิคการจัดเรียงไขมันใต้ตา จะช่วยแก้ปัญหาและสามารถเปลี่ยนบุคลิกไปในทางที่ดีขึ้นได้

รู้จักถุงใต้ตา

ถุงใต้ตา (Eye bags) คือ ลักษณะของขอบตาล่างที่มีถุงนูนออกมา มีอาการบวมปูด ตุ่มที่ขอบตาล่าง เกิดจากถุงไขมันใต้ตา ปกติถาอายุุน้อย ไขมันส่วนนี้จะถูกกั้นด้วยกล้ามเนื้อเปลือกตาที่แข็งแรง ทำให้ผิวใต้ตาบริเวณนี้เรียบตึง หรือเป็นลักษณะของผิวที่หย่อนคล้อย มีริ้วรอย สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคนไม่ใช่เฉพาะผู้ที่มีอายุเท่านั้น ซึ่งถุงใต้ตาอาจเป็นได้ตั้งแต่วัยรุ่น และชัดเจนมากขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น ถุงใต้ตาจะทำให้ใบหน้าดูอ่อนล้า อ่อนเพลีย และดูแก่กว่าวัย

การแก้ไขปัญหาถุงใต้ตา

การแก้ไขปัญหาถุงใต้ตาจะขึ้นกับปัญหาของแต่ละบุคคล สามารถทำได้ดังนี้

- การรักษาสุขภาพ ดื่มน้ำเพียงพอ นอนหลับให้เพียงพอ ซึ่งช่วงเวลาที่ดีที่สุดที่เหมาะกับทุกคน คือ 22.00-06.00 น.
- การปรับรูปด้วยสารเติมเต็ม อาจเป็น fat หรือ filler เหมาะกับคนอายุน้อยยังไม่จำเป็นต้องผ่าตัด
- การผ่าตัดแก้ไข เหมาะกับคนอายุมากที่มีผิวหนังหย่อนคล้อย

การเตรียมตัวก่อนการผ่าตัด

การเตรียมตัวก่อนการผ่าตัด เหมือนการทำตาสองชั้น คือ งดอาหารเสริม วิตามิน ก่อนผ่าตัดอย่างน้อย 1 เดือน งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 24 ชั่วโมง รวมถึงงดสูบบุหรี่ 1 เดือนก่อนทำการศัลยกรรมตาสองชั้น
แจ้งประวัติการแพ้ยา ยาและอาหารเสริมที่รับประทาน โรคประจำตัว และประวัติการผ่าตัด ให้แพทย์ทราบ

คำแนะนำหลังผ่าตัดถุงไขมันใต้ตา

1. รับประทาน 3 วันแรกหลังจากการผ่าตัด บริเวณหน้าผากและรอบดวงตา จากนั้นรับประทานเพื่อคลายกล้ามเนื้อตานใน
2. ควรนอนยกศีรษะสูง จะช่วยลดอาการบวมและทำให้อาการบวมยุบเร็วขึ้น
3. ไม่ขยี้ตา หรือจับแผลจนกว่าแผลจะหาย
4. ดูแลแผลให้สะอาดและอย่าให้แผลโดนน้ำในช่วงสัปดาห์แรก ทำความสะอาดแผลวันละครั้ง
5. หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องสำอางบริเวณแผล
6. หลังผ่าตัดสามารถกลับมาทานวิตามินได้ตามปกติ
7. หลีกเลี่ยงการทาน ของแสดง ของหมักดอง เพื่อลดอาการคันแผล
8. ในช่วง 1 สัปดาห์แรก ควรเปลี่ยนไปสวมแว่นตาแทนการใส่คอนแทคเลนส์

สำหรับใครที่มีปัญหาถุงใต้ตา รอยคล้ำใต้ตาหรือมีรอยนูนของไขมันที่อยู่บริเวณเปลือกตาล่าง ทำให้ใต้ตาขาดความสว่างสดใสและทำให้ดูมีอายุหรือดูโทรม สามารถเข้ามาปรึกษาศัลยแพทย์ เพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหาเหล่านี้ เพื่อคืนความสดใสให้กับใต้ตา สวยดูอ่อนเยาว์อีกครั้ง

พญ. วิชาสินี อุดคำเที่ยง
ศัลยศาสตร์ตาดัดแปลง
ศูนย์ศัลยกรรม

นัดหมายแพทย์

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย
