

✓ செய்யவேண்டியவை,

✗ செய்யக் கூடாதவை

கண்ணில் லேஸர் சர்ஜரிக்கு பின்பு



போதிய அளவு ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளுங்கள் ஒரு இருட்டான அறையில் ஓய்வு எடுப்பது நல்லது



தொடர்ந்து பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளை பயன்படுத்துங்கள்



சிகிச்சை நாள் அன்று அடிக்கடி இதமாக உங்கள் கண்களை சிமிட்டுங்கள்



கண்களை துடைக்கும் முன்பு எப்போதுமே உங்கள் கைகளை நன்கு கழுவி கொள்ளுங்கள்



உங்கள் சிகிச்சைக்கு பின்பு 3ம் நாளில் இருந்து அல்லது கண் மருத்துவ நிபுணரின் ஆலோசனைப்படி நீங்கள் கம்ப்யூட்டரில் வேலை செய்யலாம்



நீங்கள் வெளியே செல்லும் போது சன் கிளாஸ்கள் அணியுங்கள். 2 வாரங்களுக்கு தூங்கும்போது ஐ ஷீல்டுகள் போட்டுக் கொள்ளுங்கள்



ஆரோக்கியமான ஊட்டச்சத்து உள்ள உணவுகளை சாப்பிடுங்கள்



அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்பு குறைந்தபட்சம் ஒரு வாரத்திற்கு வண்டிகள் ஓட்டக்கூடாது



உங்கள் கண்ணில் புகை, தூசி மற்றும் மாசு சூழல் பாதிக்காமல் பாதுகாத்திடுங்கள்



அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்பு குறைந்தபட்சம் ஒரு வாரத்துக்கு கடினமான உடற்பயிற்சி செய்யாதீர்கள் கனமான பொருள் எதையும் தூக்காதீர்கள்



அறுவை சிகிச்சைக்கு பின் ஒரு சில நாட்கள் வரை கண்களுக்கு மேக்அப் செய்வதோ அல்லது உங்கள் கேசத்தை வாஷ் செய்வதோ கூடாது



அறுவை சிகிச்சைக்கு பின் சுமார் ஒரு மாதத்திற்கு கண்களில் தண்ணீரை வாரி இறைப்பதோ அல்லது நீச்சல் அடிப்பதோ கூடாது.



அழுக்கு கைகளால் உங்கள் கண்களை தேய்த்தல் அல்லது தொடுதல் கூடாது