LASER *and* LIGHT THERAPY

लेजर एउटा यस्तो प्रबिधि हो जसमा Laser Device को प्रयोग गरिन्छ र त्यस Device बाट बनेको amplified light ले छाला बाट दाग, कोठी, कपाल हटाउने र छाला लाई rejuvenate गर्ने गरिन्छ । Light Therapy मा intense pulse light device बाट बनेको light को प्रयोग कपाल हटाउन तथा छाला को दाग हरु हटाउन प्रयोग गरिन्छ।

यी प्रबिधिहरु सजिलो, बिना चीरफार को गर्न सकिने प्रभावकारी तरिकाहरु हुन ।

Laser/Light therapy गर्नु पर्ने अवस्था हरू

- अनुहार र शरीर बाट अनावश्यक कपाल हटाउन
- डन्डिफोर को दाग हटाउन
- चोट-पट्क, घाउ, खटेरा को दाग/खत् हटाउन
- Tattoo हटाउन
- अनुहार मा निखार ल्याउन

Fractional CO2 Laser

Q-Switched ND;YAG Laser

Laser/Light therapy गरिसके पछि ध्यान दिनु पर्ने कुरा हरू

- यो therapy गरेपछि केही दिन सम्म पोलने, पानिको फोका आउने, रातो हुन सक्छ त्यसैले डराउनु हुदैन ।
- यो therapy गरेको ठाउँमा facewash को प्रयोग पहिलो दिन नगर्ने, साधारण पानी ले अथवा gentle cleanser ले धुन मिल्छ । दोस्रो दिन देखि Facewash प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- Daily sunscreen लगाउनु पर्छ र घाम बाट जोगाउनु पर्छ ।
- Moisturizers को प्रयोग पटक-पटक गर्नु पर्छ ।
- कपाल हटाउने लेजर लेजर गर्न अगाडि hair trimming गर्न सकिन्छ तर shaving या waxing गर्न मिल्दैन ।
- धेरै तातो पानी तथा steam को प्रयोग गर्न मिल्दैन ।
- अनुहार मा लेजर पछि cosmetics जस्तै foundation, powder को प्रयोग ७-१० दिन पछि गर्न सकिन्छ ।

Laser/Light Therapy का

- अत्याधिक रातो हने
- सुनिने
- कालो वा सेतो दाग बन्ने
- रगत जम्ने
- चामल को दाना जस्तो बिबिरा आउने (Milia)
- खात बस्ने (Scar)
- दाबर आउने
- कपाल पलाउने
- Infection हुने
- आँखा मा समस्या आउने
- Pimple बढ्ने

Laser/Light Therapy गर्न नमिल्ने अवस्था हरू

- Active Infection भएको अवस्था ।
- Light को allergy वा sensitivity छ भने।
- गर्भवती महिला ।
- Vitiligo वा Psoriasis छ भने ।
- हुन नसक्ने expectation राखेमा ।

Honoured To Serve
DI SKIN HEALTH AND REFERRAL CENTER
DISHARC
Estd. 2009

CHEST

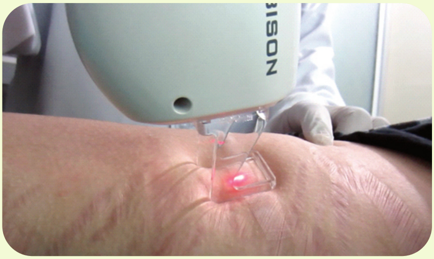
DISHARC

P.O Box No: 8975,E PC: 4193, Maharajgunj, Kathmandu,Nepal
Tel: +977-01-4721500; 4721900; 9813616169
Email: info@disharc.org; disharc@hotmail.com
Web: www.disharc.org

@Dr. Krishna Jha
kjha5962@gmail.com

Pimple या चोटपटक को दाग हटाउन

अनुहार या शरीर वाट pimple या चोटपटक को दाग हटाउन fractional CO_2 Laser को प्रयोग गरिन्छ। यो लेजर हरेक २ हप्ता मा गर्न गरिन्छ, average मा ५-१० session मा ८०-९०% improvement को आशा गर्न सकिन्छ ।



Stretch Marks Treatment by Q Switced ND;YAG laser

कपाल हटाउन

कपाल हटाउन IPL(Intense Pulse Light) र Diode Laser को प्रयोग गर्ने गरिन्छ। Light therapy को प्रयोग गरेर permanent hair लाई जरा देखि नष्ट गर्ने गरिन्छ । यो therapy ४-६ हप्ता को interval मा गर्ने गरिन्छ र ८-१० session गरे पछि मात्र राम्रो result आउनेछ, बाक्लो कालो रौं (permanent hair) मा laser light ले बढी प्रभाव पार्छ भने मसिनो खैरो रौ र भुत्ला मा लेजर ले असर गर्दैन। Hormone बढेको कारण अथवा अन्य रोग को कारण पनि हुन सक्छ त्यसैले यो therapy गर्नु पहिला Hormone जाँच गर्न अनिवार्य छ ।

Burn Scar treatment by IPL(Intense Pulse Light)

Tattoo हटाउन

Tattoo हटाउन Q switched ND:YAG र Picosecond laser को प्रयोग गरिन्छ ।Laser light को पयोग ले छाला मा राखेको Pigment अथवा रंग लाई नष्ट गरिन्छ । Tattoo को दाग हटाउन कति session लाग्छ त्यो Tattoo को colour मा भर् पर्छ ।

जन्मजात या वंशानुगत दाग हटाउन:

जन्मजात दाग हरू जस्तै café-au-lait macules, lentigines, freckles, nevus of ota, hori's nevus हटाउन Q switched ND:YAG laser प्रयोग गरिन्छ। Hemangioma, portwine stain, angiokeratoma जस्तो को उपचार गर्न Pulse Dye Laser को प्रयोग गरिन्छ । यो लेजर ४-६ हप्ता को interval मा गर्न गरिन्छ र लेजर को असर देख्न कमती मा ८-१० session लाग्न सकछ ।

Naevus Treatment by Fractional CO_2 Laser

Laser/Light therapy गर्नु अगाडि ध्यान दिनु पर्ने कुरा हरू

- यो Therapy गर्ने area मा संक्रमण भएको जस्तो घाउ, खटेरा हुन हुदैन ।
- जरुरी काम, party अथवा meeting भन्दा पहिलै लेजर नगरेको राम्रो हुन्छ ।
- यो Therapy गर्न अगाडि र पछि घाम बाट विशेष जोगाउन टोपी, मास्क, goggles को प्रयोग गर्नु पर्छ।
- Sunscreen नियमित रूप मा लगाउनु पर्छ ।
- धेरै session therapy गर्नु पर्ने हून ले follow up मा डाक्टर को सुझाव अनुसार आउनु पर्छ ।