

# 隆胸手術後注意事項

## — 姿勢

術後1周左右建議墊高上半身睡覺。

術後3個月內建議保持面部朝向天花板的方向睡覺,俯臥則建議避免6個月。

## — 腫脹

術後2~3天腫脹和淤青會加重,之後在2~4周內逐漸好轉。

## — 傷口管理及繃帶佩戴

1. 膠帶在術後7天第一次複查時全部拆除。
2. 塑身衣和上胸帶需佩戴1~2個月,具體時長存在個體差異。
3. 內衣的更換順序為:塑身衣'運動內衣'鋼圈內衣,具體時間因人而異,需根據恢復情況決定。
4. 建議術後6個月之後再開始不穿內衣活動。
5. 祛疤軟膏建議至少在術後1個月後開始使用。

## — 淋浴

1. 術後1周起可淋浴。
2. 汗蒸房、桑拿禁止一個月。

## — 服藥

1. 出院時處方藥物請按規定時間規律服用。服藥後如出現腹瀉、蕁麻疹等症狀,請停止服用並聯系醫院。
2. 處方藥中包含止痛藥,但如果服用後仍疼痛劇烈,可額外服用泰諾林(Tylenol)。
3. 術後1個月內請避免服用綜合維生素(尤其是維生素E)及營養補充劑,因為它們可能導致出血。若非必需,阿司匹林建議避免服用1周。
4. 消腫藥可能會導致出血,不建議服用。

## — 飲酒與吸煙

飲酒與吸煙會對出血、傷口愈合及感染產生不良影響,因此術後1個月內禁止。



# 隆胸手術後注意事項

## 恢復過程

1. 胸部憋悶感、感覺遲鈍、刺痛感、活動時伴隨的疼痛均屬於正常的恢復過程,會在數月內逐漸恢復。
2. 胸部的觸感會在數月內逐漸變軟。
3. 約每10人中就有1人在術後出現乳房攣縮或變硬的情況,這是根據體質而出現的身體生理性反應,難以完全避免。因此需要定期複查,並請遵照醫院的指導。

## — 緊急情況

術後若單側或雙側胸部突然變硬、疼痛加重或伴隨出血,請立即聯繫醫院(02.512.1288)或負責室長後前往醫院就診。



AB 整形外科

AB PLASTIC SURGERY