

# 額頭提升(Endotine)術後注意事項

## — 姿勢

1. 術後48小時內應避免活動,以臥床休息為宜。
2. 術後3-4天左右,將上半身墊高,保持頭部高於心臟的位置,有助於消腫。但這並非必須姿勢,如果感到不舒服,以正常姿勢入睡即可。

## — 飲食

可以正常進食一般食物,但請避免辛辣刺激性食物。

## — 腫脹

1. 大部分明顯腫脹會在1周內消退,但輕微腫脹可能持續1-3個月以上。
2. 術後3天內進行冷敷,之後則無需特別敷用。如果淤青非常嚴重,術後3天起進行溫敷可能會有幫助。

## 溫敷注意事項

- 溫敷袋可浸泡在溫水中後使用。(禁止使用微波爐)
- 術後手術部位及周圍的知覺可能會暫時變得遲鈍,進行溫敷時,為避免燙傷,請務必先在身體其他部位的皮膚(如手臂內側)測試溫敷袋的溫度,然後再用於手術部位。

## — 治療

1. 縫線在術後7-14天後拆除。
2. 請勿自行拆除繃帶或膠帶(請遵照醫院的指示)。

## — 洗臉、洗頭及化妝

1. 術後當天即可洗臉,但請注意避免水沾到膠帶或頭部的手術部位。
2. 術後3-4天後可以洗頭。洗頭時,請勿用手指揉搓傷口部位,使用洗髮水後用水沖洗乾淨即可。吹乾頭髮時,請使用冷風或毛巾擦乾(請遵照醫院指導的自我洗頭方法)。
3. 術後1個月內禁止使用汗蒸房、桑拿。

## — 運動

日常生活可在術後1周開始恢復;輕量運動可在術後2-3周進行;劇烈運動需等待術後1個月方可進行。



# 額頭提升(Endotine)術後注意事項

## — 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。

## — 恢復過程(感覺與植入物)

1. 皮膚有牽拉感或麻木感屬於正常的恢復過程,會在數月內逐漸好轉。
2. 手術中使用Endotine(內視鏡提眉固定物)時,可能會在頭皮處摸到Endotine或感到不適。術後1年內,植入Endotine的部位可能會發出聲音。Endotine是一種可在人體內融掉的成分,上述所有症狀會隨時間流逝而消失。

## — 緊急情況

1. 術後1~2天內若出現呼吸困難或嚴重眩暈,請立即聯繫負責室長;若在工作時間結束後(晚上7點後)無法接通,請撥打緊急聯繫電話(02.512.1288)後前往醫院就診。
2. 即使手術成功,術後護理疏忽也可能導致問題發生或形態改變。術後護理與手術本身同等重要,請務必配合。如有任何疑問,請隨時聯繫醫院諮詢。

