

# 人中縮短手術後注意事項

## — 姿勢

1. 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。但這不是必須姿勢,如果感覺不舒服,以正常姿勢睡覺即可。
2. 術後1個月內請避免刺激或按壓嘴唇,也不要趴著睡覺。

## — 飲食

1. 由於嘴巴不易閉合,建議準備用勺子食用的食物。為避免給手術部位造成負擔,請避免進食堅硬的食物。
2. 禁止食用刺激性的辛辣食物。

## — 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天內冷敷,之後不需要另外進行敷貼。

## — 傷口管理

1. 拆線時間根據傷口情況,在術後7~10天內進行。
2. 軟膏每天兩次(早、晚)用棉籤蘸取塗抹。
3. 手術部位形成的硬痂,切勿強行去除。

## — 術後傷口部位注意事項

1. 建議不要張大嘴或大笑。
2. 盡量避免刺激嘴唇的行為。

## — 淋浴

1. 請盡量讓手術部位不沾水,手術當天起可進行簡單淋浴。
2. 汗蒸房、桑拿禁止一個月。



# 人中縮短手術後注意事項

## — 運動

輕度運動建議在2周後進行,劇烈運動建議在1個月後進行。

## — 洗臉、洗澡、化妝

1. 術後拆線前,請盡量讓手術部位不要沾水。洗臉和淡妝(基礎護膚、底妝等)可在拆線第二天之後進行。
2. 洗臉時請勿揉搓,動作要輕柔(卸妝時請使用專用卸妝產品輕柔清潔)。
3. 汗蒸房、桑拿、游泳在術後一個月內禁止。

## — 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

活動嘴唇或笑的時候,人中部位有牽拉感,這種感覺可持續2~3個月。

## — 緊急情況

出現以下症狀時,請先聯繫醫院或負責室長的業務號碼後,再前往醫院就診。緊急聯繫電話:-  
02.512.1288

