

出院須知

— 1. 飲食指南

飲食

從醫院告知的時間起,可以喝水和進食流食。

流食

- 推薦食物:米湯、粥、豆漿、奶昔、清湯
- 應避免的食物:過燙、辛辣、過鹹的食物(有導致腫脹和炎症的風險)、堅硬或難嚼的食物

禁止攝入咖啡因、碳酸飲料、酒精!(為期一個月)

— 2. 熱敷/冷敷(緩解腫脹和淤青)

冷敷

- 術後2-3天必須進行冷敷(冰袋)。(脂肪移植、提拉手術的情況禁止熱敷/冷敷)
- 主要敷在額頭和眼周區域,每天進行。
- 使用毛巾包裹冰袋,不要直接接觸皮膚。

請勿對鼻部直接進行冷敷!

熱敷

從術後第4天起可以進行微溫的熱敷,但在醫院下達指示之前請勿進行。

— 3. 傷口管理

軟膏使用

將處方開具的眼用軟膏每天兩次(早、晚)用棉籤蘸取少量,塗抹於傷口部位。

固定夾板(Splint)和膠帶的維護

術後需維持一週,請勿隨意撕除。

— 4. 洗臉及運動

洗臉及洗澡

- 拆線24小時後可進行輕柔的洗臉。
- 洗澡時請使用溫水,注意不要讓水進入傷口部位。

桑拿、汗蒸、溫泉、游泳池禁止一個月。



出院須知

運動

可以輕度散步,但低頭動作及劇烈運動禁止一個月。

— 5. 緊急情況應對方法

需立即聯繫醫院的情況

- 嚴重出血持續不止時
- 出現38以上的高燒、嚴重眩暈時
- 傷口部位嚴重腫脹或發生皮膚顏色變化時

聯繫方式

- (1) 聯繫負責室長的業務號碼
- (2) 24小時緊急聯繫電話:[02.512.1288](tel:02.512.1288)

