

# 中年人群眼部手術後注意事項

## — 姿勢

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。

## — 腫脹

1. 手術後雙眼絕對不可能完全一樣。即使是很小的差異,初期也會因為腫脹而被放大很多。
2. 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。
3. **術後3天內進行冷敷**。之後不需要另外進行敷貼。如果淤青非常嚴重,術後3天起進行溫敷可能會-有幫助。

### 溫敷時的注意事項

- 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。

## — 傷口管理

1. 請勿揉搓或用力閉眼。
2. 術後初期手術部位可能會滲血。
3. 拆線時間根據傷口情況,在術後3~10天內進行。
4. **眼藥膏每天兩次(早、晚)用棉籤蘸取少量,塗抹於縫線部位**。(如果眼睛乾澀,也可在睡前塗入眼內-後入睡。)
5. 手術部位形成的硬痂,切勿強行去除。

## — 洗臉、洗澡、化妝

1. **術後3~4天起,即使乾淨的清水輕輕觸碰到傷口部位,大部分情況下也沒有問題**。但在拆線之前,請盡量讓手術部位不要沾水。
2. **洗臉和淡妝(基礎護膚、底妝等)可在拆線第二天之後進行**。
  - 請小心開始,不要揉搓眼睛。
  - 對於眼底脂肪再排列手術,術後3天起可進行輕柔洗臉(但根據手術方法可能存在差異)。
  - 濃重的眼部化妝建議從術後3周開始,卸妝時請使用專用卸妝產品輕柔清潔。



# 中年人群眼部手術後注意事項

3. 建議假睫毛在術後1個月進行,半永久紋身在術後3個月後進行。
4. 隱形眼鏡建議在術後3周後使用。
5. 汗蒸房、桑拿、游泳在術後一個月內禁止。

## — 運動

輕度運動可在1周後進行;劇烈運動(健身、登山、游泳等)可在1個月後進行。

## — 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

飲酒與吸煙在術後1個月內禁止。

: 飲酒可能導致手術部位發生或加劇炎症反應,並延緩恢復。

: 吸煙也會延緩恢復並可能引起感染。



# 中年人群眼部手術後注意事項

## — 恢復過程

1. 淤青、眼球充血、結膜水腫可能持續2~3周。尤其是在進行開後眼角、下眼角手術時,這些症狀可能會更明顯。由於很多患者是第一次遇到這種情況,偶爾會感到擔心。大部分症狀會完全消失,根據程度不同,可能需要一些時間。
2. 最終形態在術後3~6個月後完成。初期因腫脹引起的不對稱,大多會隨時間推移而好轉。
3. 術後可能出現眼部異物感、畏光、視力模糊,甚至感覺對焦不準等情況。大多會隨時間改善,若感到不適,可隨時使用人工淚液。
4. 若透過結膜進行眼底脂肪再排列手術,術後1周內可能出現積血像血淚一樣流出。這不是活動性出血,請放心。但如果症狀持續,請到醫院就診。
5. 下眼瞼手術後,請注意避免用力憋氣或對眼部施加壓力的行為,因為這些行為有引發出血的風險。

## — 緊急情況

術後24小時內若出現劇烈眼痛、視力變化或突然的嚴重腫脹,請立即撥打負責室長的業務號碼聯繫;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。



AB 整形外科

AB PLASTIC SURGERY