

白內障手術後注意事項

一、手術後注意事項

- 1.手術當日領回之眼藥，切勿使用，隔日請記得帶回門診。
- 2.手術後至隔天回診前，請勿將鋁製眼罩敷料取下，並小心梳洗，保持敷料乾燥。
- 3.手術當日返家後可維持日常活動，但動作宜輕緩。睡姿請採平躺或睡向未手術方向，以免壓迫傷口。
- 4.手術後眼睛偶爾有輕微刺痛感、流淚是屬正常現象，請勿揉眼睛。
- 5.依照醫師指示使用藥物，並按時回門診複檢。
- 6.術後一個月內，請保持眼睛周圍清潔，勿使水份進入手術眼睛，可自費加購清潔棉，依醫囑每日清潔眼周皮膚。
- 7.鋁製眼罩每日應以 75%酒精內外消毒，睡覺時請戴鋁製眼罩，避免與幼兒同眠，以防手術眼睛受到碰撞，或不自覺搓揉眼睛影響傷口。
- 8.白天活動時可配戴(抗UV400)太陽眼鏡或使用遮陽帽以減少光害，避免強光照射而畏光不舒服。
- 9.勿於手術部位使用熱敷或冷敷。
- 10.糖尿病患者需維持穩定的血糖值。
- 11.活動方面應避免下列動作，以免眼壓增高，影響傷口恢復：
 - *避免彎腰穿鞋綁鞋帶、撿東西，宜採蹲式。洗頭採仰臥式。
 - *避免突然用力，如提重物(5 公斤以內)、抱小孩、咳嗽、擤鼻涕。
 - *避免突然轉頭或甩頭的動作。
 - *避免劇烈運動或流汗，例如登山、游泳跳水、跑步等。
 - *避免炒菜，以防油煙刺激眼睛手術傷口，進廚房需戴護目鏡。
 - *走路慢走、勿跌倒，以免傷及眼球。
 - *預防便秘以免造成腹壓上升，採均衡飲食，多攝取營養豐富、容易消化的食物，避免抽煙喝酒及刺激性食物。
- 12.術後三個月之後才能泡湯及游泳。
- 13.保持輕鬆愉快心情，勿發脾氣，以免血壓上升。

二、點眼藥方法(手術隔日門診後再點眼藥)

- 1.點藥前洗手。
- 2.最好採臥姿或坐姿，頭向後仰。
- 3.點藥順序，先點藥水，再點藥膏，藥水使用順序無影響，應間隔

3-5 分鐘。

4. 眼睛往上看，藥水或藥膏點在下眼瞼。
5. 眼藥水:依藥袋上醫囑使用（眼藥水不用冰）
6. 眼藥膏:睡前使用。用量:一顆小米粒大小，直接點在下眼瞼
7. 眼藥水或眼藥膏使用間隔時間:3-5 分鐘。
8. 鐵片或鋁片每天用 75%的酒精及酒精棉片內外消毒一次。
9. 鐵片或鋁片第一週，需戴 24 小時。
- 10.鐵片或鋁片第二週後，只戴晚上睡覺，要持續一個月。白天出門可戴太陽眼鏡(抗UV400)。
- 11.術後一個月，開刀的眼睛不要碰水，不揉眼睛，洗臉要毛巾用擦的，洗頭躺著洗，勿將患側（開刀的眼睛）弄濕，以免感染。

三、下次回診日期

請於_____ (星期_____)上午、下午_____點，至眼科_____診報到。

四、有下列症狀請立即回院追蹤

1. 突然間視力惡化或視野缺損。
2. 眼睛傷口劇烈疼痛、紅腫及異常出血的情形。
3. 不慎碰撞手術眼睛。

參考資料:

陳麗華（2022）．眼、耳、鼻、喉疾病病人的護理．於蔡秀鑾總校閱，最新實用內外科護理學下冊（六版， 38-42 頁）．永大。

諮詢電話 02-26723456 轉 6526

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院