

脂肪移植手术后注意事项

— 姿势

1. 术后1周内睡觉时请注意不要使颈部弯曲，将上半身垫高，保持头部高于心脏的位置。
2. 请勿侧卧或趴着睡，保持面部朝向天花板的方向睡觉。

— 饮食

所有一般饮食均可进食，但请避免辛辣或刺激性食物。

— 肿胀

术后48小时内肿胀和淤青会逐渐加重，之后在2~4周内逐渐消退，存在个体差异。

— 伤口管理

若有缝线，面部缝线于术后2~3天拆除，大腿缝线于术后7~10天拆除。

— 洗脸、洗澡、化妆

1. 洗脸、洗澡、化妆可在术后3天后进行。洗脸时用力揉搓可能会改变移植脂肪的形态，因此请勿施加压力，动作应轻柔小心。
2. 洗澡时请注意不要让防水胶带脱落。如果防水胶带脱落或进水，请将伤口部位保持干燥，然后贴上普通创可贴，仅在洗澡时贴上防水创可贴（药店销售的防水创可贴遇水后容易变湿，请务必仅在洗澡时使用）。术后3~4天后，可避开伤口部位小心淋浴，擦干后贴上普通创可贴。

— 运动

日常生活可从术后1周开始；轻度运动可从术后2~3周开始；剧烈运动可在1个月后进行。



脂肪移植手术后注意事项

— 服药

1. 出院时处方药物请按规定时间规律服用。服药后如出现腹泻、荨麻疹等症状，请停止服用并联系医院。
2. 处方药中包含止痛药，但如果服用后仍疼痛剧烈，可额外服用泰诺林（Tylenol）。
3. 术后1个月内请避免服用综合维生素（尤其是维生素E）及营养补充剂，因为它们可能导致出血。若非必需，阿司匹林建议避免服用1周。
4. 消肿药可能会导致出血，不建议服用。

— 饮酒与吸烟

饮酒与吸烟会对出血、伤口愈合及感染产生不良影响，因此术后1个月内禁止。

— 恢复过程

1. 为最大化移植脂肪的成活率，术后1个月内请绝对避免对手术部位进行按摩、过度活动或施加压力。
2. 为提高脂肪成活率，请在3个月内保证充分的营养摄入，并避免减肥。体重下降会降低脂肪成活率。
3. 请勿刺激脂肪移植部位，避免碰撞或按压，睡觉时也注意不要压到。
4. 若进行了额头脂肪移植，术后1个月内禁止佩戴可能压迫额头的帽子。

— 紧急情况

出现以下症状时，请先联系医院或负责室长的业务号码后，再前往医院就诊。紧急联系电话：[02.512.1288](tel:02.512.1288)

