吸脂手术术后注意事项

姿势

1. 为了保持手术部位高于心脏，躺下时请使用2-3个枕头。
2. 术后1-2天，突然起身可能会感到头晕，请慢慢起身。
3. 若是腹部手术，注意避免向前弯腰的动作，因为这可能导致肚脐周围的脂肪堆积，保持腰背挺直-的姿势为好，请经常保持。

饮食

术后，配合适度运动和低热量饮食计划，并避免咖啡因和高热量食物，有助于维持手术效果。

肿胀

1. 吸脂部位越多，肿胀可能越严重。根据部位不同，淤青可能持续1-3周。肿胀的70-80%会在3-4-周内消退。
2. 术后一个月，大部分明显肿胀会消退，剩余的肿胀会在2-3个月内慢慢消退。要感受到戏剧性的-变化，至少需要3个月。
3. 手术部位可能出现淤青、变硬、刺痛感、感觉迟钝等症状，但这些都会随时间消失，不必过于担-心。

伤口管理

1. 术后1-2天内，切口处可能会有少量淡血性液体(肿胀麻醉液)渗出。这不是出血，请不要惊慌，-用干净的纱布擦掉即可。
2. 术后2-3天起可以淋浴。贴上防水创可贴后淋浴，淋浴后务必消毒缝合部位。创可贴需每天更换-，注意保持伤口不潮湿。

(塑身衣)穿着

1. 塑身衣在手术当天穿着出院。
2. 需要穿着至少4周，最长可穿2-3个月。穿着时间可根据患者状态有所不同。
3. 术后初期可能会感到头晕，脱塑身衣时请坐着脱。
4. 在吸脂部位，除塑身衣外，请勿穿着过紧的衣服(腰带、紧身内衣、勒紧的松紧带裤子)，因为这-可能导致线条变形。

运动

吸脂手术术后注意事项

1. 从术后第二天开始，为了促进循环，请进行2周的轻度步行或散步。活动手术部位有助于循环，-静躺不动可能导致肿胀持续更久。
2. 有氧运动或剧烈运动需在术后1个月后进行。

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、瘙痒等症状，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

饮酒与吸烟在术后1个月内禁止。

- 饮酒可能导致手术部位发生或加剧炎症反应，并延缓恢复。
- 吸烟也会延缓恢复并可能引起感染。

恢复过程

1. 术后1个月内，绝对禁止使用暖宝宝、电热毯、冰袋、汗蒸房、桑拿等。
2. 术后3个月内绝对禁止进行经络按摩，因为这可能加重肿胀。
3. 手术部位可能出现淤青、变硬、刺痛感、感觉迟钝等症状，但这些都会随时间消失，不必过于担-心。
4. 为预防血肿，需遵医嘱进行慢走，并在2-4周内避免对手术部位施加不必要压力的动作。
5. 如果去除大量脂肪，可能会在较长时间内发生血清肿(积液)。出现这种情况时，请遵医嘱接受治-疗。
6. 皮肤发紧、牵拉感、麻木以及局部发红等症状均属于正常的恢复过程。
   - 肿胀、麻木感在术后1个月左右基本恢复。
   - 牵拉感和局部发红症状会在3-6个月内慢慢恢复。
7. 术后2周起，进行手术部位的拉伸运动和术后管理项目会有所帮助。

吸脂手术术后注意事项

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。

需立即联系医院的情况

- 出现呼吸困难时
- 严重出血持续不止时
- 出现38°C以上的高烧、严重眩晕时
- 伤口部位严重肿胀或出现皮肤颜色变化时

工作时间结束后

工作时间

周一至周四:下午7点 | 周五:下午9点 | 周六-:下午5点

① 联系负责室长的业务号码

② 紧急联系电话:02.512.1288