

中年人群眼部手术后注意事项

— 姿势

术后3~4天左右，将上半身垫高，保持头部高于心脏的位置，有助于消肿。但这不是必须姿势，如果感觉不舒服，以正常姿势睡觉即可。

— 肿胀

1. 手术后双眼绝对不可能完全一样。即使是很小的差异，初期也会因为肿胀而被放大很多。
2. 大部分明显肿胀会在1周内消退，但轻微肿胀可能持续1~3个月以上。
3. **术后3天内进行冷敷。**之后不需要另外进行敷贴。如果淤青非常严重，术后3天起进行温敷可能会有帮助。

温敷时的注意事项

- 温敷袋可浸泡在温水中后使用。（禁止使用微波炉）
- 术后手术部位及周围的知觉可能会暂时变得迟钝，进行温敷时，为避免烫伤，请务必先在身体其他部位的皮肤（如手臂内侧）测试温敷袋的温度，然后再用于手术部位。

— 伤口管理

1. 请勿揉搓或用力闭眼。
2. 术后初期手术部位可能会渗血。
3. 拆线时间根据伤口情况，在术后3~10天内进行。
4. **眼药膏每天两次（早、晚）用棉签蘸取少量，涂抹于缝线部位。**（如果眼睛干涩，也可在睡前涂入眼内后入睡。）
5. 手术部位形成的硬痂，切勿强行去除。

— 洗脸、洗澡、化妆

1. **术后3~4天起，即使干净的清水轻轻触碰到伤口部位，大部分情况下也没有问题。**但在拆线之前，请尽量让手术部位不要沾水。
2. **洗脸和淡妆（基础护肤、底妆等）可在拆线第二天之后进行。**
 - 请小心开始，不要揉搓眼睛。
 - 对于眼底脂肪再排列手术，术后3天起可进行轻柔洗脸（但根据手术方法可能存在差异）。
 - 浓重的眼部化妆建议从术后3周开始，卸妆时请使用专用卸妆产品轻柔清洁。



中年人群眼部手术后注意事项

3. 建议假睫毛在术后1个月进行，半永久纹身在术后3个月后进行。
4. 隐形眼镜建议在术后3周后使用。
5. 汗蒸房、桑拿、游泳在术后一个月内禁止。

— 运动

轻度运动可在1周后进行；剧烈运动（健身、登山、游泳等）可在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、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。



AB整形外科

AB PLASTIC SURGERY

中年人群眼部手术后注意事项

— 恢复过程

1. 淤青、眼球充血、结膜水肿可能持续2~3周。尤其是在进行开后眼角、下眼角手术时，这些症状可能会更明显。由于很多患者是第一次遇到这种情况，偶尔会感到担心。大部分症状会完全消失，根据程度不同，可能需要一些时间。
2. 最终形态在术后3~6个月后完成。初期因肿胀引起的不对称，大多会随时间推移而好转。
3. 术后可能出现眼部异物感、畏光、视力模糊，甚至感觉对焦不准等情况。大多会随时间改善，若感到不适，可随时使用人工泪液。
4. 若通过结膜进行眼底脂肪再排列手术，术后1周内可能出现积血像血泪一样流出。这不是活动性出血，请放心。但如果症状持续，请到医院就诊。
5. 下眼睑手术后，请注意避免用力憋气或对眼部施加压力的行为，因为这些行为有引发出血的风险。

— 紧急情况

术后24小时内若出现剧烈眼痛、视力变化或突然的严重肿胀，请立即拨打负责室长的业务号码联系；若在工作时间结束后（晚上7点后）无法接通，请拨打紧急联系电话（02.512.1288）后前往医院就诊。



AB整形外科

AB PLASTIC SURGERY