

白內障手術前後護理指導

一、手術前：

- (一)請儘量放鬆心情，減少訪客，保持安靜的環境。
- (二)護理師會教導您眼球轉動(主要是讓您在手術中配合醫師使用麻醉藥)。
- (三)手術前護理師會幫您點眼藥(散瞳)。
- (四)手術前儘可能吃清淡食物，以免手術中因腸胃不適，造成不安而影響到眼壓。
- (五)手術前保持環境光線較暗，減少畏光，並使病人習慣以減少因手術後須蓋住雙眼而產生不安及害怕的感覺。

二、手術後：

- (一)手術後，頭部應保持固定，仰臥或睡向健側，避免俯臥，可保持一舒適姿勢，防止術後眼壓上升。
- (二)避免揉眼睛(致內容物跑出來)。
- (三)手術後即可進食，若有疼痛不適，可請護理師依醫囑給您止痛藥或打止痛針。
- (四)手術後眼睛較畏光，可將室內燈光調柔和，亦可用眼罩或紗布局部覆蓋。
- (五)避免便秘或抬重物，減少眼壓上升。
- (六)禁煙及禁辛辣食物，可吃流質或軟質食物，避免咀嚼時引起傷口疼痛或不適。
- (七)按時點眼藥，點藥前先洗手。
- (八)白內障手術約三至五天即可出院。
- (九)防眼內壓上升：患眼眼罩使用，床頭抬高 30 至 45 度，避免躺向患側。
- (十)未植 IOL 者，手術後四至六週起配戴雙凸眼鏡(放大鏡)。

三、出院衛教：

手術後一個月內避免下列動作：

- (一)急速轉身。
- (二)嘔吐。
- (三)咳嗽。
- (四)轉腰。
- (五)舉重物。
- (六)便秘。
- (七)用力或快速轉動頭部。

(八)搭乘飛機長途旅行。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康
如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機 2115