

上眼瞼成形術術後之護理指導

上眼瞼成形術又稱雙眼皮手術，是最常見的美容手術，可以門診方式施行，採局部麻醉不需住院。術後眼皮可能會有些緊或上拉的感覺，這是因為腫脹的關係，需 5-10 天才會消腫。腫脹和瘀痕會在手術後 1-2 個月內消失。如果有疤痕，則會在 2 年內持續改善。

*術後護理：

1. 術後 48 小時內冰敷傷口，可幫助消腫止痛，一天四次，每次 15-20 分鐘，最長不可超過 20 分鐘。
2. 術後盡量臥床休息(使用電腦、手機的時間要縮短)抬高頭部 30 度，避免頭低腳高而加重傷口腫脹，以免眼睛過度疲勞。
3. 術後 3 天內飲食忌易過敏、刺激性食物(如:海鮮、酒類、麻辣等)或喝太熱之湯品茶飲，以避免血管擴張充血、腫脹情形。
4. 術後 3 天內要避免彎腰提重物及避免劇烈運動，以免傷口腫脹、出血。
5. 請依醫囑規則服用抗生素及止痛藥，以減輕傷口的不適及腫脹。
6. 術後可正常洗臉時，傷口及周圍以冷開水或生理食鹽水沖洗即可，洗淨後將傷口擦乾，塗上藥膏即可，勿用手碰觸傷口並注意保持傷口清潔以預防感染。
7. 避免搓揉眼睛，以免揉斷縫線，甚至造成腫漲出血。
8. 室內空氣要清新流通並保持一定溫度。在飲食上增加蛋白質的攝取量，同時多吃水果及新鮮蔬果。外出請戴上太陽眼鏡遮擋陽光、風沙、灰塵。
9. 若有戴隱形眼鏡者，建議手術兩週後再配戴。手術後三到六個月內是手術疤痕增生期，切不可使用含有重金屬的化妝護膚品。
10. 術後 1-2 天會有較多滲出液及 2-3 天後會有瘀青狀況皆為正常現象，請勿擔心，但發生出血不止或嚴重血腫，應立即到醫院複診。
11. 手術後一週拆線，復原期約需二個星期

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康