重建整型美容外科
術後護理須知



手術室 製作
諮詢專線：(04)7113456#8301
讚美專線：0809-055215
住址：彰化市中山路一段366號
服務專線：04-7113456

彰化基督教醫療財團法人
漢銘基督教醫院
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制訂日期：2022年07月
51500-單張-中文-550-01

□ 抽脂手術術後注意事項

1.二週後才能從事劇烈運動。
2.避免吃太鹹的食物，以防水腫
3.腿部抽脂之患者，一個月內避免長時間站立，睡覺時將下肢墊高。
4.初期會有腫脹，瘀血及痠痛現象，小範圍抽脂不影響上班，大範圍抽脂需休息二至三天，一般約二周後可恢復日常活動。
5.在未拆線之前，患部應保持乾燥。
6.如有放置引流管，需隔天回診移除。
7.緊身衣最好穿半年的時間，且須密切與醫師配合定期作檢查，追蹤患部的變化。
8.經常按摩患部，可使抽脂後的肌肉、皮膚均勻平滑。
9.手術後物抽菸、喝酒，避免辛辣刺激性食物，應適當的運動。

□ 眼瞼手術術後注意事項

1.術後眼睛會腫一個星期，一個月之後就會很自然。
2.以紗布包裹冰袋冰敷3天，每天至少5次，每次冰敷十五分鐘，休息五分鐘。
3.三天後改以溫敷，可幫忙消敷。（冰袋放 38-40 度溫水中，即可變成溫敷袋。）
4.以棉枝沾生理食鹽水或煮沸過的冷開水擦拭傷口，再用棉枝擦乾後，取適量的外用藥膏塗抹，一天二至三次。
5.術後三天內傷口不要碰水。
6.拆線後回家可洗臉碰水，但仍不可用力去揉，此時才可以配戴隱形眼鏡。
7.術後一個月不可做彎腰、瑜珈、倒立、取重物、大聲唱歌等，會增加眼壓的動作。
8.請按時服藥，若有劇烈疼痛，請儘速回診。

□ 一般手術

1.術後傷口疼痛，可吃止痛藥緩解。
2.注意傷口清潔，一星期內傷口不可碰到水，保持乾燥。
3.以棉枝沾生理食鹽水或煮沸過的冷開水擦拭傷口，再用棉枝擦乾後，取適量的外用藥膏塗抹，一天二至三次，直到拆線為止。
4.請依門診時間回診換藥或拆線。

□ 隆鼻術後注意事項

1.術後會有幾天腫脹及瘀血，一至二週消腫，一至二個月外觀才能定型。
2.前兩個禮拜不要戴普通眼鏡，術後一至二天可戴隱形眼鏡。
3.請避免游泳、擤鼻涕。
4.外觀如有移位，請儘速回診。

□ 隆乳手術術後注意事項

1.由腋下植入義乳模型，傷口疼痛程度因人而異，3至5天後漸漸不痛。
2.請按時服藥。
3.術後胸部有彈性繃帶固定24-48小時。
4.術後一個月即可趴睡。
5.術後一週內避免碰撞，並限制雙肩過度用力，如提重物、抱小孩，或劇烈運動、三溫暖、游泳。
6.若有血腫、異常劇痛、乳房變硬，可先與主治醫師聯絡或回院就診。
7.傷口照護：
★如有引流管留置，通常1-3天回院由醫師拔除。
★傷口請擦優碘並覆蓋紗布，如對膠布過敏只擦優碘即可。
★拆線前傷口不可碰水，並暫時禁食刺激性食物如:煙、酒等，以利傷口癒合。
8.乳房按摩
★手術三天後開始作，增加乳房的柔軟度，讓乳房觸感自然。
★手術後三個月內需早晚各按摩一次，每次最少十五分鐘，三至六個月改每天按摩一次，半年後可採不定期按摩。
★按摩方法，包括由側面壓、裡面推等各種角度。
9.胸罩的穿著
★術後一週內穿全罩式、無鋼絲胸罩，避免脫下來。
★依醫師指示穿著，原則上六個月內勿穿有鋼絲胸罩，睡覺時不要穿，可讓乳房形狀自然。

□狐臭手術術後注意事項

1.一週內傷口不要碰水。
2.每隔二至三天至醫院換藥。
3.一週內手臂不可舉高，避免做超過肩膀的動作。

□ 雷射術後注意事項

1.做好防晒措施，避免陽光直射。
2.注意傷口清潔，一星期內傷口不要碰水到水，保持乾燥。
3.患處以適量的外用藥膏塗抹，一天2-3次，直到傷口結痂為止。
4.必要時可使用人工皮覆蓋患處，但滲液多時需勤於更換。

自我評量(是非題)

(　)1.未拆線的傷口應保持乾燥
(　)2.以棉枝沾生理食鹽水或煮沸過的冷開水擦拭傷口，再用棉枝擦乾後，取適量的外用藥膏塗抹，一天二至三次，直到拆線為止。

參考資料：
潘選(2016)。第21章 整型和重建手術。傅玲總校閱。手術全期護理(中)手術處置(14版)。594-643頁。台灣：愛思唯爾。

題號	1	2
解答	○	○