

眼瞼清洗 護理指導單



眼科門診 製作

諮詢專線：(04)7113456#8001

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

制定日期：2021年03月

修訂日期：2026年03月(三版)

51500-單張-中文-147-03

一、目的：

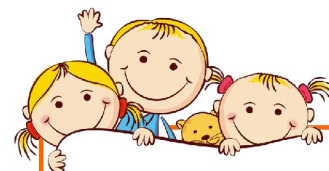
清洗眼瞼，有助於去除眼瞼緣的分泌物及油脂，減低發炎反應。



二、步驟：

- 1.洗淨雙手。
- 2.以嬰兒用或中性無刺激之洗髮精，滴一滴在手指上，用清水稀釋20倍。
- 3.雙眼閉合，以另外一手稍微將眼皮撐起，使睫毛向上翹起。
- 4.以沾有稀釋洗髮精之手指、棉棒或化妝棉，輕輕搓洗睫毛根部，由鼻側向眼尾方向擦拭，手指及指甲請勿碰觸到眼球，一眼清洗完畢，須更換棉棒或化妝棉。
- 5.再以清水沖洗，濕毛巾擦乾。

- 6.以 42 - 45° C 乾淨溫毛巾熱敷雙眼約5分鐘。
- 7.若有點眼藥水之需求，可於熱敷後再點。



自我評量(是非題)

- 1.進行眼瞼清洗前需洗淨雙手。
- 2.若使用棉棒或化妝棉，可左右眼用同一支(塊)，不需更換。

參考資料：

長庚醫院眼科(2022)·眼瞼清洗須知·衛教單張。

葛量洪醫院眼科(2022)·眼瞼的清潔·衛教單張。

題 號	1	2
解 答	0	X