



水晶體囊內(外)摘除手術照顧指南

這份資料是為了幫助您及您的家屬了解此次住院期間的醫療程序及照顧計畫，使您能事前作準備及安排。有疑問請與醫護人員討論。

手術前	<ol style="list-style-type: none">1. 請攜帶身分證、健保卡、住院證辦理住院手續。2. 完成手續後，作抽血、驗尿、X光以及心電圖等常規檢查。3. 護理人員將為您作環境介紹及手術前各項準備(填寫各項同意書、皮膚準備)。4. 為避免手術中或手術後嘔吐不適，在晚上 12 點以後(或醫護人員告知時間)至手術前請您禁食，不可吃任何東西包括水。5. 請您練習作深呼吸以利手術後肺擴張。(把手放在腹部上，吸氣時使腹部凸起，呼氣時盡量把氣吐出，使腹部凹陷。術後至少每小時作五至十次。)
手術日	<ol style="list-style-type: none">1. 手術前請更換手術衣，並取下身上金屬物品如：手錶、戒指、項鍊、髮夾、活動假牙等，入手術室前請先排空膀胱，工作人員將以推床送您進入手術室。2. 依醫囑手術前給眼藥，之後為您打上點滴。3. 為了避免麻醉造成嘔吐，手術後須經醫師指示才可吃東西或喝水，可進食時應先喝少量水，不會噎到或咳嗽時，再由少量方式進食。4. 手術返室後，將立即拔除點滴以防止眼壓上升。5. 您可將床頭抬高 30~40 度或躺向健側，以促進舒適，避免患眼受壓。6. 於術後六至八小時內須自解小便，下床上廁所時動作宜緩慢，先坐在床緣直到不會眩暈，站立習慣後再開始走動，請全程有人陪伴以預防跌倒。若無法解尿請通知護理人員。7. 必要時給予止痛劑。8. 勿咳嗽、擤鼻涕或快速轉動頭部，以避免眼壓上升。



水晶體囊內(外)摘除手術照顧指南

手術後	<ol style="list-style-type: none"> 1. 採漸進式下床活動，當離床時要有家屬陪伴，注意下床的安全。 2. 應避免執行增加眼壓的活動如：過度用力、舉重物及慢性咳嗽等。 3. 當眼敷料移除時，必須戴深色眼鏡或眼罩至少 4~6 週，保護眼睛。 4. 醫生視傷口情況執行換藥並會教導您正確眼部藥物(眼藥水或眼藥膏)使用方法及注意事項。 5. 您可執行預防便秘的方法，如多進食高纖維飲食、每日至少攝取 2000~3000 CC液體、依醫囑適當使用軟便劑或輕瀉劑，促排便通暢，以避免眼壓升高。 6. 手術後，醫生會評估您的狀況，決定可否出院。
出院後自我照顧	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請遵照醫師囑咐，按時服藥，回診追蹤。 2. 按指導方式及時間點眼藥並保持眼部清潔。 3. 白天外出時，眼睛應有適當的保護。如可戴眼鏡或太陽眼鏡。 4. 洗頭洗臉時，避免水濺入眼睛及不可揉眼睛。 5. 避免飲酒或刺激性食物，如胡椒粉、辣椒等。 6. 手術後一個月內避免眼壓增加之活動。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 避免彎腰，如低頭繫鞋帶(不彎腰、可彎膝蓋)；可蹲下。 (2) 避免咳嗽(若不能避免時，則張口咳嗽)。 (3) 不要突然用力、提重物、劇烈運動如賽跑。 (4) 避免便秘發生(水果、蔬菜、水份之攝取及適當活動)。 (5) 不要前傾方式洗頭，可採仰躺式。 7. 立即返診之情況：突然劇烈持續性疼痛、碰撞傷、出血、眼前漂浮物突然增加、分泌物增多、視力變差等異常改變。

中山醫療社團法人中山醫院 敬祝您早日康復

95.05 制.112.05 修