



郭綜合醫院 白內障手術後的居家護理

- 1.依醫師的指示回診。
- 2.維持正常眼壓(術後兩個月內)。
 - (1)勿彎腰低頭，如：綁鞋帶。
 - (2)勿吃太硬食物，如：甘蔗、花生。
 - (3)勿快速改變動作，如：突然轉頭、快速下床、跳躍。
 - (4)避免用力，如：抱小孩、提重物、打噴嚏、用力大便。
 - (5)避免從事重力工作、駕駛、劇烈運動（打球、跑步等）。



3.正確的眼睛保護：

- (1)睡眠時務必戴上眼罩，出院後約需戴一個月，睡覺避免側躺向患側。
- (2)金屬眼罩每日以沸水煮 30 分鐘消毒，或以 75% 酒精擦拭。
- (3)手術眼會有刺痛感勿用手揉擦，刺痛感的時間約二週至二個月。

開刀眼避開側睡



4.維持安全的環境與措施：

- (1)下床時穿止滑的鞋，夜間下床需開燈，且儘量有人伴隨。
- (2)保持地上乾燥，通道儘量空曠，無障礙物。
- (3)傢俱擺設固定。
- (4)上下樓梯、上下床及上廁所時儘量有人扶持。

5.須立即返診的情形：

- (1)傷口破裂、患眼分泌物增多及疼痛加劇。
- (2)患眼視力愈來愈模糊、有點狀浮游物或患眼不慎碰撞。