衛 教 指 導

編印單位：DON-4-眼 008
制定日期：98 年 02 月 01 日
修訂日期：111 年 05 月 19 日第 8 版

白內障手術衛教指導

壹、 手術前

一. 門診進行術前眼睛檢查及評估。

二. 手術前如有慢性疾病服用藥物控制時，住院時需主動告知醫師。(如心臟病、高血壓、糖尿病、腎臟病等)。

三. 手術當天臉部請勿化妝、並勿結髮髻及髮夾於頭部後方、需請家人陪同前來。

四. 手術前需填妥手術同意書。

貳、手術當天請先至眼科評估後在至開刀房。

參、手術後注意事項：

一. 開刀後可以下床，需有人扶持，並注意頸部不要用力，儘量在床上休息，睡向健側，將床搖高 30 度或墊高枕頭，手腳可活動。

二. 飲食方面：如果沒有噁心嘔吐現象可以正常飲食，食物只要不是太硬即可，若無腎臟疾病，請多吃魚肉、瘦肉、青菜、水果等。避免便秘，若有便秘，請告知醫師可給予軟便劑。開刀後避免刺激性食物，以避免引起劇烈咳嗽。

三. 活動方面：宜避免使眼壓增高的活動，以免影響傷口恢復。(因為眼壓增高易使縫線斷裂)下列注意事項需執行三個月：

1、避免便秘發生，故要多喝水，多攝取富含纖維的青菜、水果。

2、避免前傾式洗頭，可到美容院採仰臥式。

3、走路慢走勿跌倒，以免意外撞及眼球。

4、保持愉快心情勿發脾氣。

四. 注意點眼藥的方法：

1、點藥前先洗手。

2、眼睛周圍需以生理食鹽水由眼內訾往外插拭乾淨。

3、點藥時採臥姿或坐姿，頭向後仰。

4、點藥順序：先點水劑，約 3-5 分鐘後，再使用藥膏。水劑：先點清澈再點混濁液(有懸浮液的藥使用前需搖勻。

5、點藥水距離眼球約 2 公分，勿接觸眼球，請閉眼靜坐 5 分鐘。

肆、戴眼罩的重要：

一、手術後，白天活動時應戴塑膠製太陽眼鏡，以避免意外傷害或因畏光而不舒服。

1、手術後一個月內睡覺時應戴眼罩，以避免不自覺搓揉眼睛影響傷口癒合。

2、避免與幼兒同眠，以免因其睡姿不良，以手或腳撞擊手術之眼球。

3、眼罩固定方式：尖端向下平端向上，不要太靠近鼻側。細膠布固定以斜向 45 度平行貼著，勿用打叉式的方法，以利手術後透過圓看孔東西。

4、眼罩的清潔：以肥皂或去漬油洗去膠布黏貼的部份，再用清水洗淨即可，若太髒可用開水煮一下，冷卻後再使用。

伍、有下列情形時，請立即回診檢查：

一、持續性或突然覺得眼睛疼痛、刺痛或有噁心的現象。

二、臉部或眼睛受到碰撞傷，有水樣液體自眼睛大量流出。

三、黏稠性分泌物突然增加。

陸、術後回診時間：

術後返家開始吃藥。術後第一天，需攜帶前天所開的藥水回院拆開紗布換藥並檢查眼睛。隔週做第二次回診，驗光並檢查視力，之後每週檢查一次至 1 個月。三個月傷口穩定後，配戴眼鏡。

參考文獻：

蔡麗絲、黃士滋(2016)．眼、耳、鼻、喉病人的護理．於胡月娟總校閱兼作者，*內外科護理下冊*(五版，1125-1126頁) ．台北：華杏。