

## 眼睛手術後之居家照護

### Care of Patient with Eye Surgery

#### 一、目的：

讓病人在接受一般眼睛手術後能獲得適當照顧，減少意外並避免合併症發生，提升術後居家照護品質。

#### 二、適用狀況：

所有接受一般眼科手術，返家後要執行眼睛照護之病人。

#### 三、注意事項：

##### (一) 藥物使用：

1. 點眼藥前請將雙手以肥皂洗淨擦乾。
2. 若眼藥水為懸浮液，使用前必須先搖晃眼藥瓶 10 下左右，以維持滴入濃度均勻的藥水。
3. 頭後仰，眼睛往上看，下眼瞼往下拉，將藥水滴入下穹窿窩處，每瓶藥每次一滴，兩種眼藥水間隔 8 至 10 分鐘。
4. 點完眼藥後頭應擺正，以免藥水流向健側。
5. 藥瓶口勿碰觸眼睛，且不要直接點在眼珠上，以免碰傷眼睛及造成感染。
6. 同時有藥水及藥膏時，先點眼藥水再點眼藥膏，以免眼藥水無法吸收；藥膏由內眥往外塗抹，點約一個米粒大小即可。
7. 按時點眼藥水，勿任意增減或停止眼藥水使用的次數，可將時間、頻次註明於藥瓶或藥袋上。若一天四次，請於三餐飯後及睡前點藥。若一天三次，請於三餐飯後點藥。若一天二次，請早、晚點眼藥。
8. 眼藥水開封後宜置於室溫，勿在陽光下曝曬，並注意有效期限；若須冷藏，則置冰箱下層，勿冰凍。（參照「正確眼部給藥法及注意事項」。）

##### (二) 硬眼罩之固定與清潔方式：

1. 手術後一個月內，白天活動時可戴太陽眼鏡或平光眼鏡或眼

罩，睡覺時應戴硬眼罩，以避免睡著時不自覺搓揉眼睛，影響傷口癒合。

2. 眼罩尖端向下圓端向上，沿著眉鼻邊緣蓋在患眼上。
3. 以半吋紙膠兩條黏貼眼罩兩邊（每條十公分長），以斜對角方式從上額45度平行斜貼到臉頰，以利用眼罩上之孔洞看東西，宜避免貼到髮際及嘴角。
4. 眼罩的清潔：先以熱水浸泡10分鐘以軟化膠布黏貼的痕跡，再用肥皂及清水刷洗乾淨並擦乾。

### （三）居家活動：

1. 避免用力舉或抬重物。
2. 避免連續性及用力打噴嚏、咳嗽，影響術後眼部傷口。
3. 暫時避免激烈的運動，例如：打球、跑步、跳動等。
4. 勿彎腰超過90度，若須彎腰時宜採蹲式，如：綁鞋帶或撿地上物品。
5. 外出時可戴暗色眼鏡或太陽眼鏡，以減少畏光情形。
6. 活動時要注意安全，以免跌倒或碰撞，造成患眼損傷。

### （四）避免感染：

1. 請勿用手搓揉眼睛。
2. 勿逗留於灰塵、煙多、高熱等環境下，以免患眼不適或感染。
3. 傷口縫線細微，可自行吸收，一般不需拆線。
4. 洗頭、洗臉時避免水濺入眼內，患眼周圍以煮沸過的冷開水潤濕棉球由眼內眥往外清潔，切勿來回擦拭，棉球使用一次即需丟棄。
5. 勿用同一面紙或毛巾清除兩眼分泌物，以避免交互感染。

### （五）飲食方面：

1. 可正常進食，多食蔬菜水果預防便秘。
2. 避免刺激性的食物，如：酸、辣、煙、酒、咖啡等。
3. 勿吃堅硬食物，如芭樂、蘋果、堅果等，避免用力咀嚼時拉扯到眼部傷口。

(六) 患眼若有下列不適時，應該盡快返院檢查：

1. 持續不斷的疼痛。
2. 分泌物有增加或是顏色異常的現象。
3. 若患眼不慎遭撞擊或外傷時。
4. 突然視力模糊或減退。
5. 結膜或鞏膜（眼白處）發紅加重或有血水流出。

#### 參考資料

- Davies, I., Williams, A. M., & Muir, K. W. (2017). Aids for Eye Drop Administration. Survey of Ophthalmology, 62(3), 332-345. doi: 10.1016/j.survophthal.2016.12.009
- Gajiwala, U. R., Patel, R. U., & Chariwala, R. A. (2016). Prevention of operative infection in ophthalmic surgery. Journal of Clinical Ophthalmology and Research, 4(2), 107-115. doi: 10.4103/2320-3897.183726
- Shaw, M. (2016). How to administer eye drops and eye ointment. Nursing Standard, 30(39), 34-36. doi:10.7748/ns.30.39.34.s42

所提供之資訊不能取代醫師之治療及醫師與病人之關係  
(資料來源取自臺北榮民總醫院健康 e 點通)

臺北榮總蘇澳分院關心您

門診諮詢電話:03-9905106 轉 6150 或 6160

#### 眼睛手術後之居家照護之個別護理指導單張

病歷號:\_\_\_\_\_

姓名:\_\_\_\_\_

於下述就醫日期至臺北榮總蘇澳分院（門診、住院、急診室）經醫師或護理人員說明解釋以瞭解。

衛教日期	家屬或病人簽名	指導者簽名