

ARAHAN DISCAJ HOSPITAL UNTUK PEMBEDAHAN LAKRIMAL (SALURAN AIR MATA) BAGI PESAKIT DAN/ATAU PENJAGA

Kepada: _____ (Nama Pesakit)

Wad: _____

Katil: _____

Risalah ini menyediakan panduan tentang cara menjaga diri di rumah selepas anda discanj dari hospital. Doktor atau jururawat anda akan memberi nasihat mengenai perkara berikut.

Apa Yang Dijangkakan Selepas Pembedahan

- Hidung berdarah ringan.
- Sedikit lelehan darah pada kawasan luka pembedahan atau air mata yang bercampur darah.
- Bengkak, lebam atau ketidakselesaan ringan.
- Tiub stent silikon kecil diletakkan di dalam saluran air mata dan hidung semasa pembedahan untuk membantu memastikan sistem saliran air mata kekal terbuka semasa proses penyembuhan.
 - Stent ini boleh menyebabkan mata berair sehingga ia dikeluarkan.
 - Berhati-hati apabila mengelap air mata berhampiran sudut dalam mata dan **JANGAN SEKALI-KALI** memotong atau mengubahsuai stent walaupun ia terkeluar dari lubang hidung.
 - Stent biasanya dikeluarkan di klinik kira-kira 1 bulan selepas pembedahan.

Ubat-Ubatan

- Sila gunakan ubat-ubatan yang telah dipreskripsikan mengikut arahan.
- Teruskan mengambil semua ubat yang dipreskripsikan oleh doktor utama anda dalam tempoh selepas pembedahan.
- Elakkan pengambilan aspirin, ubat anti-radang bukan steroid (NSAID) dan alkohol selama satu minggu selepas pembedahan kerana ia boleh menyebabkan pendarahan hidung.
- Tablet Acetaminophen/Paracetamol (Panadol) boleh diambil jika diperlukan untuk melegakan kesakitan.

Nasihat Umum

Boleh Dilakukan	Perlu Dielakkan
• Boleh menyambung semula kebanyakan aktiviti dua hingga tiga hari selepas pembedahan. • Mencangkung apabila mengambil barang di lantai dan elakkan membongkok. Pastikan kepala berada lebih tinggi daripada paras jantung.	• Jangan melakukan senaman berat dan elakkan mengangkat beban melebihi 5 kg pada minggu pertama. • Jangan membongkok untuk mengambil barang di lantai.

Arahan Selepas Pembedahan – Pembedahan Lakrimal

- Anda boleh menyambung semula kebanyakan aktiviti dua hingga tiga hari selepas pembedahan, kecuali senaman berat. Pada minggu pertama, elakkan mengangkat beban melebihi 5 kg. Apabila mengambil barang, sila mencangkung dan elakkan membongkok. Sebagai panduan, pastikan kepala anda berada lebih tinggi daripada paras jantung.

- Pek ais boleh diletakkan pada hidung dalam tempoh 5 hari pertama untuk mengurangkan bengkak dan ketidakselesaan. Pek ais hendaklah dibalut dengan kain lap yang lembap dan bersih bagi mengelakkan kecederaan. Pada kulit akibat terlalu sejuk.
- **ELAKKAN MINUMAN PANAS** selama 48 jam selepas pembedahan kerana ia boleh menyebabkan pendarahan hidung.
- Untuk mengurangkan risiko pendarahan, jangan menghembus hidung selama seminggu selepas pembedahan. Sebaiknya juga elakkan mandi air panas selama beberapa hari selepas pembedahan kerana wap panas boleh mengembangkan saluran darah di dalam hidung dan menyebabkan pendarahan.
- Jika anda mempunyai sebarang pertanyaan, sila hubungi **+65 6908 2222**.
- Jika anda mengalami bengkak berlebihan, kemerahan, kesakitan, pendarahan atau perubahan penglihatan yang ketara, sila kunjungi klinik atau Jabatan Kecemasan sekiranya klinik tidak beroperasi. Lelehan hidung yang bercampur darah sejurus selepas pembedahan adalah perkara biasa.

Nota:

Nota:

Ng Teng Fong General Hospital

1 Jurong East Street 21, Singapore 609606

OneNUHS Hotline: (65) 6908 2222

Pertanyaan Am OneNUHS: contactus@nuhs.edu.sg

Temujanji OneNUHS: appointment@nuhs.edu.sg

Laman Web: www.ntfgh.com.sg

Maklumat dalam risalah ini adalah untuk tujuan pendidikan dan tidak boleh digunakan sebagai pengganti diagnosis atau rawatan perubatan. Sila dapatkan nasihat doktor anda sebelum memulakan sebarang rawatan atau jika anda mempunyai sebarang pertanyaan berkaitan kesihatan, kecergasan fizikal atau keadaan perubatan anda.

© 2026 Ng Teng Fong General Hospital. Hak cipta terpelihara. Tiada bahagian daripada penerbitan ini boleh diterbitkan semula atau dikongsi tanpa kebenaran terdahulu daripada Ng Teng Fong General Hospital. Maklumat adalah tepat pada masa cetakan (Ogos 2026) dan tertakluk kepada semakan tanpa notis terlebih dahulu.

Information is correct at time of printing [Aug] [2026] and subject to revision without prior notice.