

ARAHAN SELEPAS PEMBEDAHAN: PEMBEDAHAN ORBIT

- 1. E nukleasi dan Eviserasi**
 - 2. Orbitotomi untuk pembuangan tumor / biopsi**
 - 3. Dekompresi orbit**
-
1. Anda boleh menyambung semula kebanyakan aktiviti tiga hari selepas pembedahan, kecuali senaman berat. Dalam minggu pertama, elakkan mengangkat beban melebihi 5 kg. Apabila mengambil sesuatu, sila mencangkung dan elakkan membongkok. Sebagai panduan, pastikan kepala anda berada lebih tinggi daripada paras jantung.
 2. Sila teruskan mengambil ubat-ubatan rutin seperti yang dipreskripsikan oleh doktor utama anda. Namun, elakkan aspirin atau ubat anti-radang bukan steroid (NSAID) sekurang-kurangnya lima hari selepas pembedahan kerana ia boleh menyebabkan pendarahan. Paracetamol (Panadol) boleh diambil untuk melegakan kesakitan.
 3. Kelopak mata boleh dibersihkan jika perlu dengan menggunakan kapas yang dilembapkan. Meletakkan tuam lembap pada kelopak mata boleh membantu melembutkan kerak yang terbentuk. Jangan menggosok atau menggaru kelopak mata.
 4. Bagi prosedur soket: **yang melibatkan penyingkiran bebola mata:**

	Minggu pertama selepas pembedahan	Minggu kedua dan seterusnya
	Sapukan salap secara lembut pada soket mata 3 kali sehari	Sapukan salap secara lembut pada soket mata sekali sehari sehingga pemeriksaan susulan berikutnya
Jika terdapat insisi (luka pembedahan) pada kulit	Sapukan salap pada luka kulit 3 kali sehari sehingga pemeriksaan susulan berikutnya	Sapukan salap pada luka kulit 3 kali sehari sehingga pemeriksaan susulan berikutnya
Jika tiada insisi pada kulit	Titiskan ubat mata 3 kali sehari ke dalam mata yang dibedah	Titiskan ubat mata 3 kali sehari ke dalam mata yang dibedah

5. Sesetengah pesakit mungkin perlu memakai pelindung mata plastik semasa tidur selama dua minggu pertama. Tidurlah dengan kepala ditinggikan menggunakan sekurang-kurangnya dua bantal pada dua malam pertama selepas pembedahan.
6. Pek ais boleh digunakan pada kelopak mata sebanyak yang selesa dalam tempoh 48 jam pertama bagi mengurangkan bengkak dan ketidakselesaan. Letakkan pek ais di atas pad mata atau kain lap yang bersih dan lembap. Selepas 48 jam pertama, tuam suam boleh digunakan dua kali sehari selama satu minggu untuk membantu mengurangkan keradangan. Anda boleh mandi atau mencuci rambut pada hari selepas pembedahan. - Air dan sabun boleh terkena kawasan mata tetapi elakkan pancuran air terkena muka secara langsung.

7. Jika anda mempunyai sebarang pertanyaan atau mengalami bengkak berlebihan, kemerahan, kesakitan, pendarahan, atau sebarang perubahan ketara pada penglihatan pada bila-bila masa, sila hubungi **6716 2222**, Isnin hingga Jumaat, 8.30 pagi hingga 6.00 petang.

Nota:

Hospital Besar Ng Teng Fong (Ng Teng Fong General Hospital)

1 Jurong East Street 21, Singapore 609606

Talian Hotline OneNUHS: (65) 6908 2222

Pertanyaan Am OneNUHS: contactus@nuhs.edu.sg

Temu Janji OneNUHS: appointment@nuhs.edu.sg

Laman Web: www.ntfgh.com.sg

Maklumat dalam risalah ini adalah untuk tujuan pendidikan sahaja 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], [Hospital Besar Ng Teng Fong]. Hak cipta terpelihara. Tiada bahagian daripada penerbitan ini boleh diterbitkan semula atau dikongsi tanpa kebenaran terlebih dahulu daripada Hospital Besar Ng Teng Fong.

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