Ng Teng Fong General Hospital

玻璃体切除术后护理须知

关于您的手术

玻璃体切除术（Vitrectomy）是一种将眼内玻璃体凝胶移除的手术。此手术可让医生进入眼内修复视网膜，并改善或稳定您的视力。

带有气体或硅油填充患者的重要安全须知

1. **视力**
   - 当眼内存在气泡或硅油时，您的视力会较差。
   - 对于有气泡的患者，视力受影响的情况会持续至气体完全吸收（通常约 2 至 8 周）。
   - 对于有硅油的患者，视力受影响会持续至硅油经手术移除。
   - 随着气体逐渐消散，您可能会感觉视线呈水波状模糊，或看到一道线状阴影，这属于正常现象。

2. **头部姿势**:

应该做 ✅	不应该做 ❌
按照医生指示保持建议体位（如俯卧位或其他指定体位），每小时保持约 45 至 50 分钟，并持续医生指定的期间（通常数天至一周）。	不要缩短或不坚持体位维持时间，否则可能影响手术修复效果。
使用卷起的浴巾或专用玻璃体切除术俯卧枕支撑头部。	不要采用无法维持正确姿势的体位。

	如眼内有气泡，请避免平躺仰卧。
喝水时可使用吸管，以协助维持俯卧体位。	喝水时不要抬头仰脖。

3. 旅行限制:

若眼内有气泡（Gas Bubble）

- 在医生确认气泡已完全消失之前（通常约 2 至 8 周），绝对不可:
    - 乘坐飞机
    - 前往高海拔地区
    - 进行水肺潜水（Scuba Diving）
- 这些活动引起的压力变化可能导致眼压危险性升高，并造成永久性视力损伤。

若眼内有硅油（Silicone Oil）

- 由于硅油不会像气体一样受压力压缩，一般情况下可乘坐飞机。
- 但在任何航空旅行前，必须先获得眼科医生明确批准。

4. 医疗警示手环

- 出院时，您将获发一个标示眼内有气泡的手环。

- 在气泡完全吸收或医生指示前，请勿自行取下手环。
- 如果您因其他手术需要接受全身麻醉，或在其他医疗机构就诊，请向医护人员出示该手环，或主动告知眼内有气体泡。

5. 一般护理指南

眼部保护

- 睡觉时佩戴医院提供的眼罩（Eye Shield），时间最长可达 2 周。

药物使用

- 按照医生指示开始使用抗生素及抗炎眼药水，通常于手术后约 3 小时开始使用。
- 点眼药前务必先洗手。

不适症状

- 手术后出现轻微疼痛、眼红及肿胀属正常现象。
- 如有轻微不适，可服用非处方止痛药（如扑热息痛 / Paracetamol）。
- 除非医生批准，否则避免使用阿司匹林（Aspirin）或布洛芬（Ibuprofen）。

眼部清洁

- 术后 2 周内，避免肥皂、洗发水或自来水直接进入手术眼。
- 至少 1 个月内不要游泳或使用热水按摩池。

应避免的活动

- 不要揉眼或按压眼睛。
- 外出时佩戴太阳眼镜，以增加舒适度及保护眼睛。
- 至少 2 周内避免：
    - 剧烈运动
    - 搬运重物
    - 繁重家务
    - 粉尘较多的环境

    或遵从医生建议的更长时间限制。

饮食

- 饮食方面没有特别限制。
- 建议多喝水，并摄取富含纤维的食物（如蔬菜和水果），以预防便秘。

复诊安排

- 一般会于术后以下时间进行复诊:
    - 第 1 天
    - 第 1 至 2 周
    - 第 1 个 月

    请务必按时复诊。

如出现以下情况，请立即联系眼科医生或前往急诊部门

- 严重眼痛，且服用止痛药后仍未缓解。
- 手术眼突然失明或视力明显恶化。
- 眼红、肿胀明显加重，或出现脓性分泌物。
- 新出现或增加的闪光感、飞蚊症，或视野出现阴影。
- 严重头痛，并伴有恶心或呕吐。

上述指引并未涵盖所有情况，仅作为降低术后并发症风险的参考。如有任何疑问或顾虑，请咨询您的医生或护理团队。

备注:

黄廷方综合医院（Ng Teng Fong General Hospital）

1 Jurong East Street 21, Singapore 609606

OneNUHS 热线： (65) 6908 2222

OneNUHS 一般咨询： contactus@nuhs.edu.sg

OneNUHS 预约服务： appointment@nuhs.edu.sg

网站： www.ntfgh.com.sg

本册子资料仅供公众教育用途，不应替代专业医疗诊断或治疗。在开始任何治疗之前，或当您对自身健康、身体状况或疾病有任何疑问时，请咨询医生意见。

© 2026 黄廷方综合医院（Ng Teng Fong General Hospital）。版权所有。未经许可，不得复制或传播本出版物任何内容。

信息于 [2026 年 9 月] 印刷时准确，如有更改，恕不另行通知。