

术后护理须知 - 眼睑手术

1. 上睑下垂矫正术 (Ptosis Surgery)
2. 眼睑整形术 (Blepharoplasty)
3. 提眉术 (Brow Lift)

1. 术后活动

- 术后第 3 天起，您可恢复大部分日常活动，但应避免剧烈运动。
- 术后第一周内，请避免提举超过 5 公斤的重物。
- 拾取物品时，请采用下蹲姿势，避免弯腰。
- 简单原则：请尽量保持头部高于心脏位置。

2. 药物使用

- 请按照您的主诊医生要求恢复日常服用的药物。
- 如有疼痛，可服用对乙酰氨基酚 (Acetaminophen, 即 Paracetamol) 缓解不适。

3. 眼睑清洁

- 如有需要，可使用湿润棉球轻轻擦拭眼睑。
- 使用湿敷有助于软化眼睑上的结痂。
- 请勿揉搓或抓挠眼睛及眼睑。

4. 药膏使用

- 请按照医嘱将药膏轻轻涂抹于手术伤口处。
- 药膏混入泪液后可能导致视力暂时模糊，这是正常现象，无需担心。

5. 术后肿胀与瘀青

- 手术后，您可能会出现不同程度的肿胀和瘀青。
- 如手术涉及眼睑部位，请在术后 48 小时内尽可能进行冰敷，以减轻肿胀及不适。
- 理想情况下，冰敷方式为每小时冰敷 30 分钟。
- 请将可重复使用的冰袋放置于干净且湿润的眼垫或毛巾上后再进行冰敷。
- 术后第 5 天开始，可每日两次进行热敷，持续 1 周，以帮助减轻炎症。

6. 注意：

如果您的手术涉及皮肤移植（Skin Graft）或皮瓣修复（Skin Flap），**术后请勿进行冰敷。**

7. 洗澡与洗头

- 手术后次日即可洗澡或洗头。
- 但术后最初 3 天内，应避免让水流接触眼睛或手术伤口附近区域。

8. 何时寻求医疗帮助

如出现以下情况，请立即拨打 **+65 6908 2222** 或前往急诊部：

- 严重肿胀
- 明显发红
- 疼痛加剧
- 出血
- 视力明显改变
- 任何其他疑问或担忧

备注:

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

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。