

ARAHAN PENJAGAAN SELEPAS PEMBEDAHAN MATA

- 1. Pembedahan Ptosis**
- 2. Blefaroplasti (Pembedahan Kelopak Mata)**
- 3. Pembedahan Mengangkat Kening (Brow Lift)**

1. Anda boleh menyambung semula kebanyakan aktiviti 3 hari selepas pembedahan, kecuali senaman berat. Dalam minggu pertama, sila 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.
2. Sila sambung semula ubat-ubatan biasa anda seperti yang diarahkan oleh doktor yang merawat anda. Paracetamol boleh diambil untuk melegakan kesakitan.
3. Kelopak mata boleh dibersihkan apabila perlu dengan menggunakan kapas yang dilembapkan. Melekapkan tuam lembap pada kelopak mata boleh membantu melembutkan kerak yang terbentuk. Jangan gosok atau menggaru mata atau kelopak mata.
4. Sila sapukan salap yang telah dipreskripsikan dengan lembut pada kawasan hirisan kulit. Penglihatan anda mungkin menjadi kabur jika salap bercampur dengan air mata, tetapi keadaan ini adalah normal.

5. Selepas pembedahan*, anda mungkin mengalami pembengkakan dan lebam pada tahap tertentu. Bagi pembedahan yang melibatkan kelopak mata, gunakan pek ais sebanyak yang boleh diterima dalam tempoh 48 jam pertama untuk mengurangkan bengkak dan ketidakselesaan. Sebaik-baiknya, letakkan pek ais di kawasan pembedahan selama 30 minit setiap jam. Letakkan pek ais yang boleh digunakan semula di atas pelapik mata yang bersih dan lembap atau kain lap yang bersih. Selepas lima hari, tuam suam boleh digunakan dua kali sehari selama satu minggu untuk membantu mengurangkan keradangan.

*Jika pembedahan anda melibatkan cantuman kulit (skin graft) atau flap kulit (skin flap), JANGAN gunakan tuam ais selepas pembedahan.

6. Anda boleh mandi atau mencuci rambut pada hari selepas pembedahan, tetapi elakkan air mengalir ke mata atau berhampiran kawasan luka dalam tempoh tiga hari pertama selepas pembedahan.

Jika anda mengalami pembengkakan yang berlebihan, kemerahan, kesakitan, pendarahan, perubahan ketara pada penglihatan, atau mempunyai sebarang pertanyaan, sila hubungi **+65 6908 2222** atau kunjungi **Jabatan Kecemasan (Emergency Department)**.

Nota:

Ng Teng Fong General Hospital
1 Jurong East Street 21, Singapore 609606

OneNUHS Hotline: +65 6908 2222

Emel Pertanyaan Am: contactus@nuhs.edu.sg

Emel Temu Janji: appointment@nuhs.edu.sg

Laman Web: www.ntfgh.com.sg

The information in this brochure is meant for educational purposes and should not be used as a substitute for medical diagnosis or treatment. Please seek your doctor's advice before starting any treatment, or if you have any questions related to your health, physical fitness or medical condition.

© [2026], [Ng Teng Fong General Hospital]. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or shared without prior permission from [Ng Teng Fong General Hospital].

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