



白内障术后患者出院健康宣教





contents

目录

- 出院带药及用药指导
- 日常生活饮食及活动指导
- 眼部护理及复查指导
- 患者自身心理调适指导
- 其他注意事项



01

出院带药及用药指导





出院带药及用药指导



常用药物及作用

- 抗生素眼药水：预防术后感染。
- 激素眼药水：减轻眼部炎症反应，促进角膜愈合。
- 抗干眼药物：缓解术后眼部干燥、疼痛等不适。

用药注意事项

- 遵医嘱按时用药，不随意更改用药时间和剂量。
- 避免将药物放在高温、阳光直射处，保证药物在有效期内。
- 用过的药液不可重复使用，也不可与其他人共用眼药水。

可能出现的不良反应及处理方法

- 轻微眼部不适：属于正常现象，可通过冷敷或热敷缓解。
- 过敏反应：如出现皮疹、呼吸困难等严重症状，应立即停药并就诊。
- 严重头痛：可能是药物过量引起，应及时就诊。



02

日常生活饮食及活动指导





日常生活注意事项



保护术眼

- 避免术眼揉搓、碰撞，不可做大幅度的头部运动。

遵医嘱用药

- 按照医生指导正确使用眼药水，不得擅自增减使用次数。

睡眠姿势

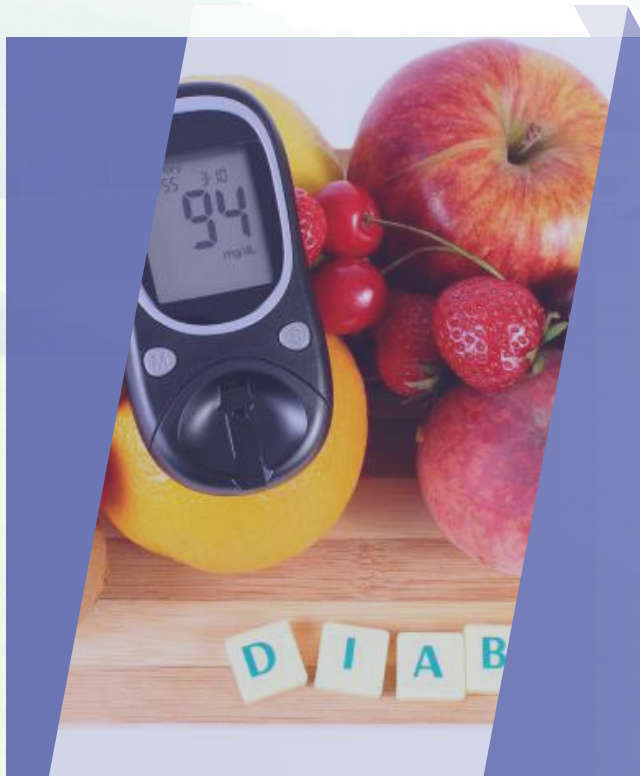
- 睡觉时头应偏向未手术的眼睛一侧。

避免长时间用眼

- 不宜长时间看电视、看书，每隔一段时间要闭目休息。



饮食禁忌及推荐



控制血糖和血脂

- 糖尿病患者要严格控制饮食，避免血糖波动。

多喝水

- 保持充足的水分有利于防止便秘和眼部干燥。





活动量及运动限制

避免剧烈运动

- 如跑步、游泳、打球等，以免影响手术切口的愈合。

量力而行

- 可以进行轻度的运动，如散步、瑜伽等，但要避免突然用力和牵拉术眼。

避免长时间低头

- 不宜长时间低头操作手机或电脑，以免对术眼造成压力。

定期复查

- 出院后定期到医院进行复查，以便及时发现并处理可能出现的问题。





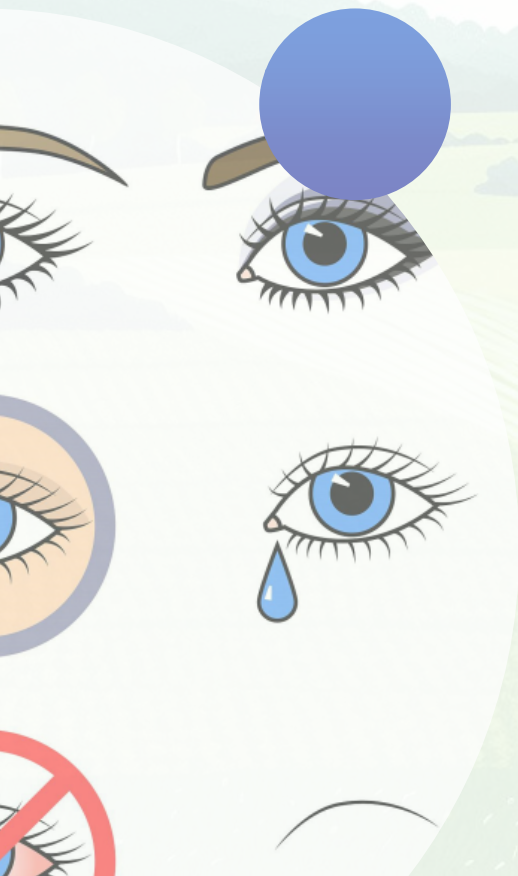
03

眼部护理及复查指导





眼部护理方法及注意事项



遵循医生的药物治疗方案

- 按时滴用各种眼药。

避免揉眼和挤压眼球

- 以免影响伤口愈合。

注意眼部卫生

- 保持眼部清洁，避免细菌感染。

休息与活动

- 避免剧烈运动，防止眼外伤。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/707054154132006105>