

黃斑部手術之照護

Post-operative care for macular surgery

【本篇學習重點】

1. 手術後應確實按醫師指示維持趴睡或特定側睡，幫助眼內氣體或矽油固定黃斑部。
2. 手術後若眼內注射了膨脹氣體，絕對禁止搭乘飛機，以免機艙壓力導致眼壓劇增。
3. 術後務必遵循醫囑按時點眼藥水，以預防感染。
4. 睡覺時應配戴眼罩，白天外出可戴太陽眼鏡保護。絕對不可揉眼睛。

一、什麼是黃斑部手術？

黃斑部手術是為了修復黃斑部病變（如黃斑部裂孔、黃斑部皺褶、黃斑部牽扯）而進行的眼科精密手術。

二、為什麼要做黃斑部手術？

手術目的是為修補裂孔、去除皺褶，或是放鬆玻璃體的牽扯，使黃斑部能夠重新復原。

三、手術前準備：

- A. 門診檢查時，眼科醫師會向您說明，並協助您填寫手術同意書。
- B. 藥物告知：若患有心臟病、高血壓、糖尿病，或服用抗凝血劑，請務必告知醫師。術前醫護人員會依指示協助您服用鎮靜劑或降眼壓藥。
- F. 飲食：黃斑部手術為局部麻醉，術前盡量少喝水或流質食物，避免術中因尿急影響手術進行。
- C. 清潔準備：臉部保持清潔（勿化妝），護理師會協助剪睫毛以防感染。
- D. 散瞳：術前會滴散瞳劑，近距離視力會模糊約 6~8 小時，請注意安全。
- E. 身上物品：須換上手術衣，取下假牙、手錶、飾品，並在進手術室前排空尿液。

【少數病患因身體情況需要全身麻醉者】

- A. 術前檢查：須完成心電圖、胸部 X 光、血液檢查及麻醉諮詢。
- B. 禁食：手術前午夜 12 點開始禁食（包括食物、水、藥物），除非醫師另有指示。

四、術後注意事項重點：

1. 麻醉後症狀：採全身麻醉者，術後可能會出現頭暈、噁心、嘔吐、排尿困難及喉嚨痛等不適症狀。
2. 安全防護：家屬應在旁陪同，以預防病人因頭暈跌倒或發生其他意外傷害。

3. 飲食與姿勢：復原期應避免需要用力咀嚼或具刺激性的食物。若有注射膨脹性氣體至玻璃體內，需依照醫師指示採取適當的趴睡位置，通常持續數天至 2 週，建議使用趴枕增加舒適度。



4. 藥物：請遵照醫師指示使用眼藥。

5. 眼部防護：術後一個月內，日間活動可配戴眼鏡或護目鏡；睡眠時必須戴上鐵眼罩，防止揉眼或壓迫。

- A. 眼罩固定方式：尖端向下、圓端向上，沿眉骨邊緣蓋住患眼。使用兩條約 10 公分長的半吋紙膠帶，以「斜對角」方式從額頭貼至臉頰。
- B. 眼罩清潔：先以熱水浸泡軟化膠帶殘膠，再用肥皂或洗碗精洗淨擦乾。



6. 傷口與回診：

- A. 傷口縫線細微，通常可自行吸收，無需拆線。
- B. 若有下列情形，請勿拖延立即回診檢查：
- a. 疼痛感：眼睛突然感到脹痛或刺痛。
 - b. 全身症狀：突然有噁心、嘔吐的現象（可能與眼壓升高有關）。
 - c. 外傷或滲液：臉部或眼睛受到碰撞，且有大量水樣物流自眼睛流出。
 - d. 分泌物：黏稠性分泌物突然增加。
 - e. 視力變化：視覺突然出現黑影或視力突然下降。

7. 視力變化：術後因眼內存有氣體，會出現暫時性視力模糊或下方黑影晃動，此為正常現象。氣體將於 1~2 週內自行吸收，請無須擔憂。

五、日常活動注意事項：

1. 溫和運動：可散步或做柔軟操，但禁止跑步、跳躍等劇烈運動。
2. 避免受壓：術後一個月內應避免下列動作，以免眼壓上升。
 - A. 低頭下彎：如繫鞋帶或彎腰，建議坐著穿鞋。
 - B. 用力過猛：提重物、抱小孩、用力咳嗽或擤鼻涕、用力解便（應預防便秘）。

3. 安全防護：避免快速轉頭，走路放慢速度以防跌倒或撞擊。

4. 衛生與飲食

A. 清潔：洗頭、洗澡、洗臉時請避免生水濺入患眼。眼周清潔請用棉球沾生理食鹽水由內往外擦拭，或眼部專用清潔棉使用。

B. 飲食：避免刺激性或需用力咀嚼的食物。多吃蔬果攝取纖維以防便秘。

C. 水分：採少量多次飲水，一次不超過 250 毫升。

參考資料：

1. Govers, B. M., van Huet, R. A., El Kandoussi, M., den Hollander, A. I., Keijser, S., & Klevering, B. J. (2024). Risk factors and management of primary giant retinal tears. *Acta Ophthalmologica*, 102(5), 513-520.
<https://doi.org/10.1111/aos.16602>
2. Lin, J. B., Narayanan, R., Philippakis, E., Yonekawa, Y., & Apte, R. S. (2024). Retinal detachment. *Nature Reviews Disease Primers*, 10, 18. doi.org
3. Quiroz-Reyes, M. A., Babar, Z. U. D., Hussain, R., Loh, Z. C., Quiroz-Gonzalez, E. A., Quiroz-Gonzalez, M. A., & Lima-Gomez, V. (2024). Management, risk factors and treatment outcomes of rhegmatogenous retinal detachment associated with giant retinal tears: Scoping review. *International Journal of Retina and Vitreous*, 10, 35. <https://doi.org/10.1186/s40942-024-00552-6>

115 年 6 月制定

台北榮總 眼科門診 關心您