

# 眼科病人出院照護須知



長庚醫療財團法人 編印

## 壹、前言

眼科病人出院後，仍需持續保養及使用眼藥，才能達到傷口痊癒及疾病復原，提供病人與家屬居家照護參考。

## 貳、點眼藥注意事項

### 一、避免感染

- (一) 點眼藥前需先以肥皂或酒精洗手，避免髒污的手接觸患眼。
- (二) 使用無菌棉棒沾清潔的水（煮沸過的冷水或生理食鹽水）來清潔上、下眼瞼，自眼角內側(鼻側)向外(耳側)擦拭，不可觸及眼球及反覆擦拭，使用過的棉棒不可重複使用。
- (三) 眼藥放置處應注意清潔，藥瓶蓋子確實蓋上及避免接觸瓶口，避免造成藥物染污。

二、藥物應依標示溫度保存，避免陽光直射造成藥物變質。

### 三、正確使用藥物

- (一) 依醫囑指示使用藥物種類、頻率與時間，切忌私自停藥或增加藥物劑量。
- (二) 非患眼（即健眼）不可使用患眼的眼藥，也不得將眼藥提供他人使用。
- (三) 每次點眼藥前應確認藥物名稱、有效期限、有無變色或由清澈變混濁，如有任何異常，應立即停用並回診由醫師看診處理。
- (四) 使用懸浮液眼藥水前，請先上、下輕輕搖勻 2 次後再使用。

四、點眼藥時宜採平躺或坐姿，將下巴抬高並提供頭部適當支托，眼藥比較容易滴入眼內。

### 五、點眼藥的步驟（圖一）

- (一) 使用棉棒由下眼瞼緣向下拉出下眼窩。
- (二) 眼睛往上看，將眼藥水一滴(或眼藥膏一公分)滴入眼窩中，注意眼藥瓶不得接觸到眼球或眼瞼。
- (三) 點完眼藥後，輕閉眼睛，不要眨眼並以棉棒輕壓眼瞼內緣約 1 分鐘，避免藥物經由淚管吸收，造成全身性藥物副作用。
- (四) 同時需使用眼藥水與眼藥膏時，眼藥膏應在藥水之後使用，以免影響眼藥水吸收，同時使用二種藥物時，宜間隔 5 分鐘，避免藥物效果降低及交互作用。



1.使用棉棒拉出下眼窩

2.眼睛往上看，將眼藥  
藥水滴入眼窩中

3.點完眼藥水後輕壓眼  
瞼內緣

圖一 點眼藥的步驟

### 參、保護性眼罩

- 一、保護性眼罩使用目的，因密閉式的眼球構造一旦被破壞，很容易因為外力導致破裂。為了避免不慎直接觸及患眼、或揉眼睛，配戴保護性眼罩（圖二）成為一個安全屏障，可以避免眼球破裂、縫線綻開、出血甚至傷口感染的危險。因此，外眼手術，如：眼瞼、鼻淚管阻塞手術，可不使用保護性眼罩。



圖二 保護性眼罩的配戴方式

- 二、保護性眼罩使用的時間，會因診斷與病情不同而有差異，通常眼球的手術建議使用一個月(包含睡覺)，所以每次回診時應與醫師討論，當病情穩定時，即可減少使用時間。
- 三、保護性眼罩勿提供他人共同使用，使用前以沸水或 75%酒精消毒，再以膠帶黏貼(如圖二)，一般不覆蓋紗布，除非醫師囑咐使用後應可以清潔的水或洗碗精清除黏膠、分泌物或其他污漬，至少每天一次。

### 肆、居家照護

- 一、一個月內應維持均衡飲食，避免菸、酒、咖啡、檳榔及辛辣、蒜等刺激性食物，高血壓、糖尿病、高血酸等疾病，應配合醫師指示控制飲食。
- 二、依醫囑一個月內應避免激烈運動，如：跑步、打球、游泳與性生活等，避免傷口出血、破裂。
- 三、一個月內應避免髒污的水進入患眼，以免傷口感染，洗頭時建議採美容院洗頭方式，也可以運用沐浴帽阻隔髒污的水接觸患眼。
- 四、勿逗留於灰塵、煙多、高熱等環境下，以免造成患眼感染。
- 五、可戴暗色眼鏡，以減少畏光情形。
- 六、視網膜疾病因治療需要，部份病人眼球內有注射氣體，需注意以下事項：
  - (一) 返家後需依醫囑採取特殊治療性姿勢，如：俯臥、左側、右側臥或床頭抬高。
  - (二) 如有搭乘飛機需求時，需與醫師討論確認其安全性，避免因飛機於高空中氣壓壓力改變，造成眼壓突然上升的危險。
- 七、鼻淚管阻塞病人手術後二星期內，避免擤鼻涕、用力咳痰或挖鼻孔等動作，打噴嚏時，請捏住二側鼻翼，以免鼻腔內的塑膠管脫出，影響手術成效。

### 伍、下列情形發生時，必須立即回診請醫師檢查

- 一、視力忽然下降。
- 二、傷口紅腫、瘀青擴大、分泌物增加、黏稠、顏色變深、流血不止、傷口脹痛或劇烈疼痛。

三、不慎碰撞到傷口或手術患眼時。

陸、每次回診時必須帶回正在使用的眼藥，由醫師決定是否需重新領用藥物使用。

柒、諮詢服務電話

基隆院區：(02)24313131 轉 2633 (眼科病房)或轉 2557 (眼科門診)  
週一～週五：08：30～17：00

台北院區：(02)27135211 轉 3450 (眼科門診)  
週一～週五 08：30～17：30

林口院區：(03)3281200 轉 8678 (眼科病房)或轉 8650 (眼科門診)  
週一～週五：08：00～16：30

桃園院區：(03)3196200 轉 2147 (眼科門診)  
週一～週五：08：00～16：30

土城院區：(02)22630588 轉 2966 (眼科門診)  
週一～週五 08：30～16：30

嘉義院區：(05)3621000 轉 2219 或 3420 (眼科門診)  
週一～週五 08：00～16：30

高雄院區：(07)7317123 轉 8829 或 8830(眼科病房)或轉 2831 (眼科門診)  
週一～週五：08：00～17：00

捌、建議看診科別：眼科

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：長庚醫療財團法人

長庚紀念醫院 N539 10.1\*21.5cm 2021 年

<http://www.cgmh.org.tw>

