

# 脂肪吸引手術後の注意事項

## — 姿勢

1. 横になる際は2~3個の枕を使用して、手術部位が心臓より高い位置になるようにしてください。
2. 手術後1~2日間は急に立ち上がるとめまいがすることがあるため、ゆっくり起き上がってください。
3. 腹部の脂肪吸引手術を受けた場合は、前に曲がる動作がへそ周りの脂肪が固まる原因となる可能性があるためご注意ください。腰をできるだけまっすぐ伸ばす姿勢を保ってください。

## — お食事

手術後は適度な運動と低カロリーの食事を並行して行い、カフェインや高カロリーの食べ物を避けることが、手術結果の維持に役立ちます。

## — 腫れ

1. 吸引した部位が多いほど腫れが大きくなることもあり、部位によってあざが1~3週間続く場合があります。腫れの70~80%は3~4週間以内に落ち着きます。
2. 手術後1か月目に大きな腫れが引き、残りの腫れは2~3か月かけてゆっくり引きます。劇的な変化を感じるには最低3か月必要です。
3. 手術部位にあざ、固さ、ピリピリ感、鈍い感覚の症状が現れる場合がありますが、時間とともに消えますのでご心配には及びません。

## — 傷口ケア

1. 手術後1~2日間は切開部位から薄い血液混じりの浸出液(腫脹液)が流れ出る場合があります。出血ではありませんので驚かず、清潔なガーゼで拭いてください。
2. シャワーは2~3日目から可能です。防水バンドを貼ってシャワーし、シャワー後は必ず縫合部位を消毒してください。バンドは毎日交換して、傷口が湿らないよう管理してください。

## — 圧迫着の着用

1. 圧迫着は手術当日に着用して退院します。
2. 圧迫着は最低4週間着用する必要があり、最大2~3か月まで着用できます。着用期間は患者様の状態によって異なります。



# 脂肪吸引手術後の注意事項

3. 手術後初期はめまいがすることがあるため、圧迫着を脱ぐ際は座って脱ぐようにしてください。
4. 吸引部位には、**圧迫着以外のきつい衣服(ベルト、きつい下着、締まるゴム紐のズボン)**はラインの変形を引き起こす可能性があるため着用しないでください。

## — 運動

1. **手術翌日から2週間は、血液循環を助けるために軽いウォーキングや散歩を行ってください。** - 手術部位を動かすことで循環に効果的で、じっとしていると腫れが長引く可能性があります。
2. 有酸素運動や激しい運動は1か月後から可能です。

## — 服薬

1. 退院時に処方された薬は決められた時間に規則正しく服用してください。**服用後に下痢、じんましんなどの症状が現れた場合は服用を中止し、病院へご連絡ください。**
2. 処方薬には鎮痛剤が含まれていますが、**服用後も痛みが強い場合はタイレノールを追加で服用できます。**
3. 手術後1か月間は、総合ビタミン(特にビタミンE)やサプリメントは出血の原因となる可能性があるためお控えください。アスピリンも特別な必要がない限り1週間は避けることをおすすめします。
4. **むくみ取り薬は出血の原因となる可能性があるため、服用はおすすめしません。**

## — 飲酒と喫煙

**飲酒および喫煙は1か月間禁止です。**

- 飲酒は手術部位の炎症反応を引き起こし、悪化させる可能性があります。
- 喫煙もまた回復を遅らせ、感染の原因となる場合があります。

## — 経過

1. **ホットパック、電気毛布、アイスパック、チムジルバン、サウナなどは手術後1か月間お控えください。**
2. **経絡マッサージは腫れがひどくなる可能性があるため、3か月間は行わないでください。**
3. 手術部位にあざ、固さ、ピリピリ感、鈍い感覚の症状が現れる場合がありますが、時間とともに消えますのでご心配には及びません。



# 脂肪吸引手術後の注意事項

4. 血腫を予防するために、担当医師の指示に従ってゆっくり歩くことが必要で、**2~4週間は不必要な圧力をかける動きを避けることをおすすめします。**
5. 大量の脂肪を除去した場合、長期間にわたって漿液腫が発生することがあります。このような場合は、医療スタッフの指示に従って治療を受けてください。
6. 皮膚の締め付け感、引っ張り感、しびれ、部分的なしこりの症状は正常な回復過程です。
  - 腫れ、しびれの症状は1か月後からほぼ回復します。
  - 引っ張り感としこりの症状は3~6か月かけてゆっくり回復します。
7. 手術2週間後からは、手術部位のストレッチとアフターケアプログラムが効果的な場合があります。

## — 緊急時

下記のような症状がある場合は、病院または担当スタッフの業務用番号へご連絡の上ご来院ください。

### 直ちに病院に連絡が必要な場合

- 呼吸困難の症状があるとき
- 激しい出血が続くとき
- 38度以上の高熱、強いめまいがあるとき
- 傷口が極端に腫れたり、皮膚の色に変化があるとき

### 業務時間終了後

#### 業務時間

月-木：午後7時 | 金：午後9時 | 土：午後5時

(1) **担当スタッフの業務用番号へご連絡ください**

(2) 緊急番号：**+82-10-2833-1298**



AB美容外科

AB PLASTIC SURGERY