

退院のご案内

— 1. お食事について

お食事

病院から案内された時間以降は、水分摂取および流動食のお食事が可能です。

流動食

- おすすめ：重湯、お粥、豆乳、スムージー、薄味のスープ
- 避けるべき食べ物：熱いもの、辛いもの、塩分の強いもの(腫れ・炎症の原因)、硬いものや噛み応えのあるもの

カフェイン・炭酸・アルコールは1か月間禁止です。

— 2. アイシング(腫れ・内出血の緩和)

冷却

- 手術後2~3日間の冷却(アイスパック)が必須です。(脂肪移植、リフティング手術の場合は冷却禁止)
- 額・目元を中心に行ってください。
- 肌に直接触れないよう、タオルで包んでご使用ください。

鼻部分への直接の冷却はお控えください。

温熱ケア

温熱ケアは手術後4日目から可能ですが、病院から案内があるまではお控えください。

— 3. 傷口ケア

軟膏の使用

処方された眼軟膏を1日2回(朝・夜)綿棒に少量つけて傷口に薄く塗ってください。

ギプス・テープの固定

手術後1週間はそのまま維持し、ご自身で外さないでください。

— 4. 洗顔および運動

洗顔およびシャワー

- 抜糸24時間後に軽い洗顔が可能です。



退院のご案内

- シャワーはぬるま湯で、傷口に水が入らないようにご注意ください。

サウナ・温泉・プールは1か月間禁止です。

運動

軽い散歩は可能ですが、うつむく姿勢や激しい運動は1か月間禁止です。

— 5. * 緊急時の対処法 *

直ちに病院に連絡が必要な場合

- 激しい出血が続くとき
- 38℃以上の高熱、強いめまい
- 傷口が極端に腫れたり、皮膚の色に変化があるとき

連絡先

(1) 担当スタッフの業務用番号へご連絡ください

(2) 24時間緊急連絡先：[+82-10-2833-1298](tel:+82-10-2833-1298)



AB美容外科

AB PLASTIC SURGERY