

中年の目整形手術後の注意事項

— 姿勢

手術後3~4日程度は上半身を高くして頭を心臓より高く保つことで、腫れが引くのに効果的です。ただし、必須の姿勢ではないため、不快な場合は通常の姿勢でお休みいただけます。

— 腫れ

1. 手術直後は両目がまったく同じになることはありません。わずかな差異も、最初は腫れのために大きく目立って見える場合があります。
2. 大きな腫れは1週間以内にほとんど引きます。残った腫れは1~3か月以上続く場合があります。
3. **冷却は手術後3日間まで行ってください。**その後は冷却の効果が下がります。あざがひどい場合は、3日後から温熱ケアがあざの吸収に役立つことがあります。

温熱ケア時の注意事項

- 温熱パックは温かいお湯に浸してからお使いください。(電子レンジ使用禁止)
- 手術後は手術部位とその周辺の感覚が一時的に鈍くなることもあるため、**温熱ケアを行う際は、やけどを防ぐために必ず別の皮膚(内腕など)で温熱パックの温度を確認してから使用してください。**

— 傷口ケア

1. 目をこすったり、強くつぶったりする行為はお控えください。
2. 手術直後は手術部位から血が滲み出ることがあります。ご安心ください。
3. 抜糸は傷の状態に応じて、手術後3~10日以内に行います。
4. **眼軟膏は抜糸部位に1日2回(朝・夜)綿棒に少量つけて塗ってください。**(目が乾燥している場合は就寝前に目の中に入れてお休みになっても構いません。)
5. 手術部位にしっかりついたかさぶたは絶対に無理に取らないでください。無理に取ると傷跡が残ったり治癒が遅れる原因となります。傷が癒えれば自然に取れます。

— 洗顔およびシャワー、メイク

1. **手術後3~4日から、清潔な水が傷口に軽く触れる程度は概ね問題ありません。**ただし、抜糸するまで手術部位にできるだけ水が触れないようにしてください。



中年の目整形手術後の注意事項

2. 洗顔と軽いメイク(基礎化粧品、ファンデーションなど)は抜糸翌日から可能です。
 - 目をこすらずに丁寧に始めてください。
 - 目の下の脂肪再配置の場合は手術3日後から軽い洗顔が可能です。(ただし、手術方法によって異なる場合があります。)
 - 濃いアイメイクは手術3週間後から可能で、落とす際は専用クレンジングを使って優しく洗顔してください。
3. つけまつ毛は1か月、アートメイクは3か月後からがよいでしょう。
4. コンタクトレンズは手術3週間後から使用するのがよいでしょう。
5. チムジルバン、サウナ、水泳は手術後1か月間は禁止です。

— 運動

軽い運動は1週間後から可能で、激しい運動(筋トレ、登山、水泳など)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



中年の目整形手術後の注意事項

1. あざ、結膜充血、結膜浮腫は2~3週間続くことがあります。特に目尻、目の下の切開を行った場合に大きく現れることがあり、初めて見る方が多いため心配される患者様もいらっしゃいますが、ほとんどはきれいに消えますのでご安心ください。程度によって時間がかかる場合があります。
2. 最終的な形は3~6か月後に完成します。初期の腫れによる左右差はほとんどが時間とともに改善します。
3. 手術後、目の異物感、まぶしさ、視野のぼやけを含め、ピントが合いにくい場合もあります。ほとんどは時間とともに改善しますが、不快な場合は人工涙液をこまめにご使用ください。
4. 結膜を通じて目の下の脂肪再配置手術を行った場合、手術1週間まで溜まっていた血液が血の涙のように出ることがあります。出血ではありませんのでご安心ください。ただし症状が続く場合は病院へご来院ください。
5. 下眼瞼手術後は、顔に力を入れたり圧力がかかる行動は出血の危険性があるためご注意ください。

— 緊急時

手術後24時間以内に激しい眼球痛、視力変化または急激な強い腫れがある場合は、直ちに担当スタッフの業務用番号にお電話いただくか、業務終了(午後7時)以降に連絡がつかない場合は緊急番号(+82-10-2833-1298)にご連絡の上ご来院ください。



AB美容外科

AB PLASTIC SURGERY