

高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科 別	眼科部	編號：7020031
主 題	淺談白內障及手術前後須知	2005.12.02 訂定
製作單位	83 病房	2024.3.27 六修

一、白內障如何形成？

白內障是指水晶體變混濁，年齡老化是主要原因，但是輻射、先天性、代謝疾病、創傷、個人生活型態、營養或環境等也會增加白內障形成的風險。白內障不一定發生在單眼或雙眼，嚴重程度也不相同。它可以在幾個月之內快速形成，也可以在幾年後慢慢形成，在台灣，每年約有十五萬以上的病人接受白內障手術。

二、白內障有那些症狀？

早期會出現視力減退、色覺敏感性降低、畏光、眩光、眼前有黑點、複視、晶體性的近視；晚期視覺呈霧化，視力模糊，隨著時間的進展也有可能視力迅速退化到只有可見光感的視力，瞳孔不再是黑色，看起來是白色或淡黃色。

三、白內障的預防：

- (一)生活上避免過度曝曬陽光或直接照射眼睛，戶外工作或從事戶外活動，最好配戴防紫外線眼鏡。
- (二)飲食多攝取含抗氧化的食物，如五穀、全麥、糙米、維生素C、 β -胡蘿蔔素，葉黃素等，其抗氧化作用能幫助吸收紫外線保護晶體，經由攝取深綠色蔬菜，如芥藍菜、綠色花椰菜等。
- (三)維持理想體重及規律運動。
- (四)建議戒菸及戒酒。

四、白內障手術方式：

現今手術方式以局部麻醉下進行超音波晶體乳化術為主，手術時間約20~30分鐘。手術方式由醫師決定，多採用囊外摘除，保留大部份後囊，做為人工水晶體植入的支撐，傷口小、恢復快。小切口白內障手術相較於傳統大切口手術，術後能減少視網膜剝離及黃斑部水腫、散光等合併症。

五、手術前有那些檢查及準備？

測量視力、驗光、眼壓，並檢查人工水晶體度數與眼底視網膜。

六、手術當天注意事項：

- (一)換穿手術衣，於手術前須去除活動假牙、隱形眼鏡、手錶、飾品髮夾、平安符等，女性病人勿化妝或塗指甲油，手術前請先解尿排空膀胱。(二)

若為局部麻醉手術當天可進食，不要吃過飽、攝取過多水份或刺激性食物，避免因心情緊張，發生嘔吐或頻尿情形。

(三)手術前依醫囑點散瞳藥水，若為局部麻醉，依醫囑給予口服鎮定安眠劑及口服降眼壓藥。

七、手術後注意事項：

(一)手術後可常眨眼睛，避免眼睛乾澀。勿用手或衛生紙碰觸患眼，且不可自行於患眼冰敷、熱敷等，若需要時護理師會依醫囑教導正確方式。

(二)手術後當天使用眼紗遮蓋傷口，開始點藥水後即可移除，並戴上眼罩保護手術後的眼睛，以免熟睡中不當碰觸。

(三)手術後 2~3 小時麻醉藥漸漸退去，需要時依醫囑給止痛藥減輕疼痛。

(四)手術 4 小時後，須依醫師指示開始點眼藥，點眼藥方式(如圖一)，以減少發炎反應，需持續點眼藥，避免傷口感染。點眼藥的注意事項如下：

- 1.請依醫師或護理人員指示正確方法及時間點藥。
- 2.若同時使用兩種以上眼藥時，需間隔 5 分鐘再行滴入，以免使先滴入藥水被沖洗掉而失效。
- 3.同時使用藥水及藥膏(油劑)時，應先點眼藥水，再點眼藥膏，避免吸收不佳。
- 4.點藥前先檢查藥物是否變質或變色及有效期限，若有異樣請丟棄，重新換一瓶。



圖一、點眼藥方式

(五)手術後隔天需檢查傷口，依醫囑辦理出院手續，並預約返診時間。

(六)手術兩週內，避免以下情形：

- 1.彎腰提重物、低頭、急速轉頭或轉身、舉重、咳嗽、跌倒、用力排便、揉擦眼睛等，以防眼內壓增加而導致傷口裂開。
- 2.禁止俯身洗頭。
- 3.淋浴、洗頭時要防污水噴入眼內，以防感染。

八、返家注意事項：

(一)飲食方面宜多吃富含纖維質蔬菜、水果等食物，維持正常排便，若仍有便秘問題應請醫師開立軟便劑服用，避免造成眼壓上升。

(二)手術後傷口尚未癒合期間，會有流眼淚、畏光或眼紅等現象，可配戴太

- 陽眼鏡，以減輕不適的感覺。
- (三)手術後一個月內使用眼罩保護，若外出有戴墨鏡或眼鏡，可暫時拿下休息，但晚上一定要戴著，避免碰撞。
 - (四)手術後一個月內暫時以毛巾擦臉，禁用水沖洗臉部，以免洗臉水流入眼睛造成感染。
 - (五)手術後一個月內暫時避免提重物、蒸氣浴、三溫暖、游泳等活動。
 - (六)出院後，患眼如有任何不適、分泌物情形或任何疑問，上班時間(0900 – 1700)，可電話詢問眼科門診醫護人員(07-3468218)，非上班時間請儘速至本院急診就診。
 - (七)依醫師指示按時點眼藥。

九、參考資料：

- 江宜靜、王守玉(2020)·白內障完整評估治療與照護趨勢·*護理雜誌*，67(2)，84-90。
- 周桂如、徐淑芬、陳麗華(2022)·感覺功能失調疾病與護理·於翁新惠總校閱，*新編內外科護理學下冊*(六版，41-47頁)·永大。
- 蔡秀鸞(2019)·眼、耳、鼻、喉疾病病人的護理·於廖張京總校閱，*最新實用內外科護理學下冊*(六版，19-42頁)·永大。
- Rho, C. R., Kim, J. H., Chung, I. K., Kim, E. C., Han, Y. K., Han, S. Y., Eom Y., Chung T.Y., & Lee, D. H. (2021). Cataract surgery practice in the Republic of Korea: a survey of the Korean Society of Cataract and Refractive Surgery 2020. *Korean journal of ophthalmology: KJO*, 35(4), 272-279. <http://doi:10.3341/kjo.2020.0001>. Epub 2021 Jun 21. PMID: 34162191; PMCID: PMC8357609.
- 圖一、「點眼藥方式」高雄榮民總醫院 W83 張宏政(2024)繪製授權使用。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！