

白内障手術を受けられた方へ（術翌日）

	／（ ）	／（ ）～／（ ）	／（ ）
眼帯	透明眼帯	保護メガネ（日中） 透明眼帯（就寝時）	不要
洗顔・洗髪	絞ったタオルで拭く程度 美容室で洗髪してもらう		制限なし
入浴	首から下のシャワーのみ 目に水が入らないよう		制限なし
内服	抗生物質は、処方日数分飲みきり 痛み止めは、間隔を6時間空ける		

● 術後1週間目まで のお願い

1. 今日はガーゼをはずし、明日までは透明な眼帯のみとなりますが、目を絶対にこすらないようにして下さい。
2. 明日からは、日中は、保護メガネ又はご自身のメガネをかけ、就寝時は、透明な眼帯をテープで貼って休まれて下さい。
3. 洗顔・洗髪は禁止です。よく絞ったタオルで拭く程度にして下さい。美容室にて、白内障手術後の旨を伝え、目に水が入らないよう上を向いて洗髪してもらうことは可能です。
4. 入浴は、顔にお湯がかからないよう、首から下のシャワーのみにして下さい。
5. 抗生物質は、処方された日数を飲みきって下さい。下痢などの不調が出た場合はお知らせ下さい。

6. お酒は、控えて下さい。
7. 運動は、術後1週間は禁止です。
8. 読書・テレビは、なるべく手術の翌々日から、疲れない程度にお願いします。
9. 家事は、なるべく手術の翌々日からで、重いものを持つ作業や、目に水が入りそうな作業は、1週間は避けて下さい。
10. お化粧品は、術後1週間はなるべく控えて下さい。アイメイクは禁止です。化粧水・乳液は、目の周囲を避けて使用されて下さい。

目薬 3種類を 朝・昼・夕・寝る前 の1日4回



ばい菌止め



炎症止め
しみることがあります



痛み止め
よく振ってから

- 術後の点眼薬は、最初は強めの目薬が処方されます。その後、弱い目薬に変え、種類を減らしながら、手術後3ヶ月目まで続けていきます。その都度、指示がありますので、不明な点はお問い合わせ下さい。

● 清浄綿（ふきとりアイコットン）

術後1週間程、
点眼前後に使用します。



● 点眼方法

1. あっかんべー法

1 点眼容器を持つ手と反対の手の人差し指で下まぶた（下眼瞼）を軽くひっぱります。	2 上を向き、容器の先がまぶたやまつげに触れないように注意して、点眼します。
An illustration of a woman with brown hair, wearing a purple long-sleeved shirt. She is looking forward and pulling down her lower eyelid with her right index finger.	An illustration of the same woman tilting her head back. She is holding a small blue eye drop bottle with her right hand and applying a drop to her eye.

2. げんこつ法

1 点眼容器を持つ手と反対の手で握りこぶし（ゲンコツ）を作ります。目の下にゲンコツの親指側を当て、下まぶたを下にひっぱります。	2 上を向き、ゲンコツの手の上に点眼容器を持った手を乗せて、点眼します。
An illustration of the woman making a fist with her right hand, with her thumb pointing upwards. She is looking forward.	An illustration of the woman tilting her head back. She is holding the eye drop bottle with her right hand, resting it on top of her fist. Her left hand is also holding the fist.

● **術後1ヶ月目まで** のお願い

1. 激しい運動や重労働は、術後2週間目までは控えて下さい。
2. 目の度数（ピントの合う距離）は、まだ多少変動しますので、メガネ合わせは医師と相談の上、術後2週間～一か月以降にして下さい。免許更新等で、メガネ合わせを急がれる場合は、申し出て下さい。

● **術後1ヶ月以降** のお願い

1. 術後数週間～数ヶ月以降に、後発白内障（人工レンズを入れるために残した水晶体の囊の濁り）により、視力低下をきたすことがあります。また、他の眼疾患により視力低下をきたすこともありますので、医師の指示に従い定期的（術後3ヶ月目までは、月に2回程度）に受診して下さい。

あいクリニック帯迫眼科
院長 新納栄良
TEL 099-248-7070