

SpaMedica

NHS

您的白內障手術

患者術前和術後
指南及資訊



spamedica.co.uk

目錄

介紹	3
什麼是白內障？	4
預約就診	6
您的初步評估	7
手術後的預期視力	9
白內障手術的風險	11
白內障手術	12
手術常見問題解答	13
手術當日	14
手術後	16
手術後第一天	17
如何滴眼藥水	18
乾眼症	20
術後常見問題解答	21
洗手指南	24
如何聯絡我們	25
意見反映及投訴	26
備註	27

介紹

我們專門編撰這本小冊子，以為您提供與白內障手術相關的所有資訊，包括什麼是白內障、手術過程中會發生甚麼、任何相關風險以及康復過程。

小冊子的最後設有備註頁，方便您列出在整個治療期間您希望向臨床醫生或護士提出的任何問題。

您需要陪護嗎？這取決於您的選擇。陪護人可以是親屬、朋友或受過訓練的人員。如果您希望有人陪您進行檢查或諮詢，請在到達時告知我們。

我們的網站
spamedica.co.uk 上有
豐富的資訊，可為您提
供支援。



什麼是白內障？

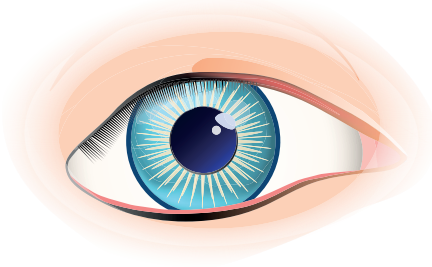
白內障是眼睛晶狀體變得渾濁，導致視力受損的一種疾病。白內障通常發生在長者身上，病情一般會逐步惡化。

白內障通常可透過日間手術進行治療，過程中會移除混濁的晶狀體，並以人工塑膠晶體（植入物）代替。手術通常在局部麻醉下借助眼藥水完成。

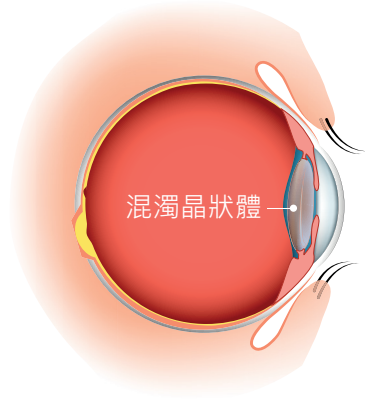
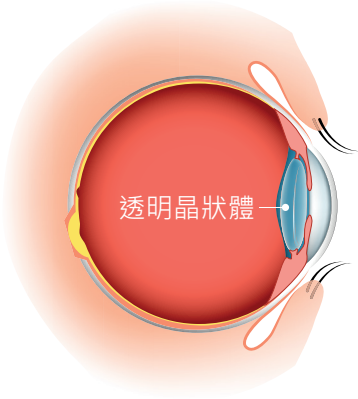
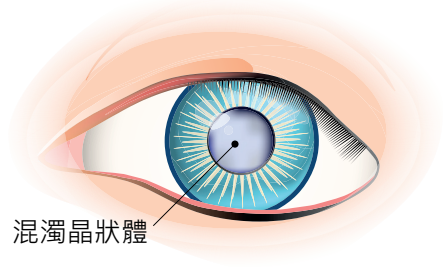
白內障的症狀包括：

- 視力模糊
- 夜間駕駛困難
- 看電視和閱讀困難
- 遇上陽光和/或強光（如迎面駛來的汽車大燈）會感到眼花
- 看到的物體褪色
- 需要經常更改眼鏡或隱形眼鏡度數

健康的眼睛



患有白內障的眼睛



預約就診

您需要至少預約就診兩次：

1. 初步評估
2. 做白內障手術
3. 術後隨訪，但這可能由您當地的視光師進行



您的初步評估

您的術前評估將在我們的門診部進行。整個過程大約需要 2 小時。我們的臨床團隊將評估您的狀況，以為您制定合適的白內障手術方案。

您需要滴放瞳眼藥水，以完成此評估。滴放瞳眼藥水後，您的視線會變得模糊，將無法駕駛車輛。

請務必隨身攜帶以下物品：

- 已填妥的健康問卷調查（如已寄給您）
- 您正在服用的藥物清單
- 您在使用的處方眼鏡
- 就診時希望提出的問題
- 若您患有青光眼，請帶上您諮詢顧問的詳細資料
- 若有糖尿病，請隨身攜帶記錄冊
- 如您在服用華法林，請帶上 INR 記錄（黃皮書）

重要事項

- 請勿駕車前往就診，因為您需要接受放瞳治療。同時，在就診後的至少 6 小時內請勿駕駛車輛
- 如果您曾做過任何眼部手術，包括激光矯視手術，請在預約時攜帶相關資料（若有）
- 請告知我們，預評估就診至手術期間醫生是否基於任何原因為您開具抗生素處方
- 預評估前須除下隱形眼鏡
 - 軟性隱形眼鏡：請在 48 小時前移除
 - 透氣/硬性隱形眼鏡；請提前 14 天移除

手術後的預期視力

我們使用最新的技術對您的眼睛進行多項精確測量。這些測量能夠幫助我們確理想屈光率，以滿足您的特定需求。

請注意，作為 NHS 患者，您將獲得單焦人工晶體，亦即手術後您仍需佩戴眼鏡。我們將在初步評估時進行更詳細的討論。

手術的主要目的是摘除白內障，而非消除您對眼鏡的需求。我們始終竭力確保我們的患者能獲得最佳視力，但由於手術的性質，術後在處理某些任務時，您很可能仍需佩戴眼鏡。

您亦可自行購買其他優質植入鏡片，這有助於減少手術後對眼鏡的依賴。如您對優質鏡片的適用性有任何疑問，請在評估時與臨床醫生討論。



白內障手術的風險

摘除白內障是最安全的手術之一。這亦是現時英國最常見的手術。每年英國的白內障手術約有 **50 萬台**。

正如其他外科手術，白內障手術也存在一定風險。在初步評估時，臨床醫生將向您詳細解釋有關風險，屆時您亦可向醫生提問。

白內障手術導致嚴重併發症的風險非常低。大多數常見的白內障手術併發症可以透過滴眼藥水或手術進行治療。手術直接導致眼睛永久失明的風險極低，約為千分之一。

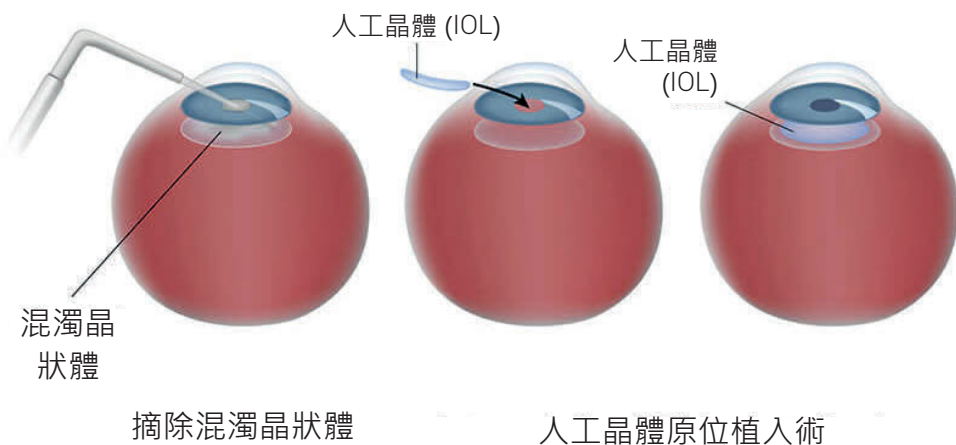
白內障手術

白內障手術以短暫的超聲乳化晶體摘除手術進行。醫生會將超聲波裝置插入眼內，從而分解白內障晶體，之後再移除病灶。

白內障被移除後，醫生會在病灶位置植入新的塑膠人工晶體 (IOL)。

每次手術只能針對一隻眼睛進行。

白內障手術



手術常見問題解答

手術過程中我會有什麼感覺？

我們會用眼藥水麻醉您的眼睛，因此手術過程中不會有痛感。對於正在接受手術的眼睛，您仍然會感覺到推擠和壓力。在整個手術過程中，您需要看著明亮的光線。

我需要平躺嗎？

是的，您需要平躺。如有需要，我們可以提供枕頭。

我會看到什麼？

由於滴了放瞳藥水，您的視力會變得非常模糊。醫生還會在您的下眼瞼內側放置一個小球，以進一步擴張您的瞳孔，並在手術前移除該小球。

手術期間可以眨眼嗎？

手術過程中，我們會使用小夾子固定您的下眼瞼和上眼瞼。

如果我需要打噴嚏/咳嗽或感到不適，該怎麼辦？

醫生將向您展示，如何在有需要的情況下與其進行溝通。

手術需要多長時間？

一般而言，白內障手術最長需要 20 分鐘。然而，您將需要留院長達 3 小時。

我應該在什麼時候摘下隱形眼鏡？

請在手術前 24 小時摘下所有隱形眼鏡。

手術當日

請注意：

- 在抵達醫院之前，先稍微進食
- 照常服用所有藥物和滴眼藥水
- 穿著舒適寬鬆的非白色衣物，手術時不需要脫下衣物
- 請勿化妝
- 請勿駕車前往醫院
- 按照就診預約信上註明的時間到達醫院
- 盡量不要攜帶任何貴重物品。我們設有儲物櫃供您在手術期間存放物品，但我們無法保證安全性
- 您需要留院約 3 小時
- 我們建議您安排人員在手術後接送您回家，但其無需過夜陪護。我們將告知您是否需要有人陪您過夜
- 我們將提供免費茶點

SpaMedica 的所有白內障手術均由註冊眼科醫生進行，即由眼科顧問醫生進行，或由在訓專科醫生在顧問醫生的直接監督下進行。

在訓專科醫生是完全合資格的眼科醫生。

我們的大部分白內障手術都由顧問醫生執行。但像 NHS 醫院等許多其他醫院一樣，SpaMedica 希望藉由手術機會培訓未來的顧問外科醫生。若您的手術由在訓專科醫生進行，我們將會告知您。若有需要，您可選擇變更手術預約時間和醫生。若選擇進行手術，您不僅能受益於顧問醫生的專業技術，同時亦為培訓和發展未來的顧問醫生作出貢獻。

手術後

- 您的眼睛和頭部很可能會隱隱作痛。我們建議您按照準確的劑量每 4 至 6 小時服用撲熱息痛等止痛葯
- 您的視力會變得模糊不清
- 眼睛裡會有刺痛乾澀的感覺
- 您可能會流淚
- 如果您有治療青光眼等其他疾病的處方眼葯水，請繼續按處方使用
- 請勿揉搓接受了手術的眼睛
- 在手術後的第二天早上之前請勿摘下護眼罩
- 我們建議在手術後的前 3 天內不要戴口罩或面罩
- 如果您在手術當日服用了口服鎮靜劑，請確保有人陪同您回家，並由負責任的成人陪同過夜

手術後第一天

- 清洗並擦乾雙手
- 摘下並丟棄眼罩
- 按照 SpaMedica 的處方開始使用術後眼藥水

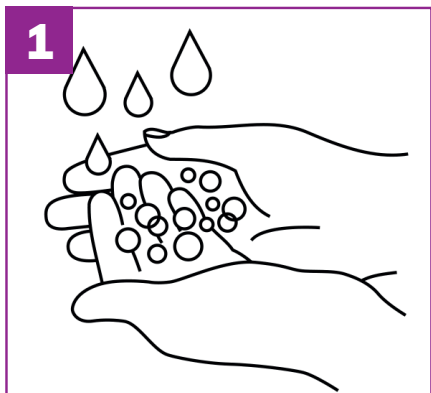
手術後早上眼睛感覺粘黏屬於正常現象。請使用我們提供的無菌棉片，將其浸泡在放涼的煮滾過的水中，小心清潔眼瞼的上方和下方。閉上眼睛，從鼻子向耳朵擦拭一遍。丟棄棉片。如有需要，可重複上述步驟。請記得在清潔眼睛前後洗手（參見第 24 頁的洗手指南）。

以下為常見現象：

- 視力模糊
- 眼睛發紅
- 感覺乾澀
- 瘙癢/異物感
- 流眼淚
- 疼痛
- 對光敏感

這些乾眼症狀可透過我們提供的處方眼藥水和人工淚液來緩解。

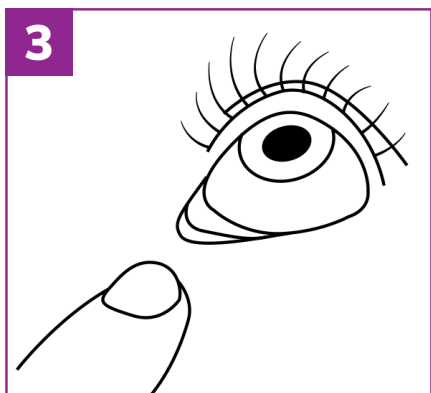
如何滴眼藥水



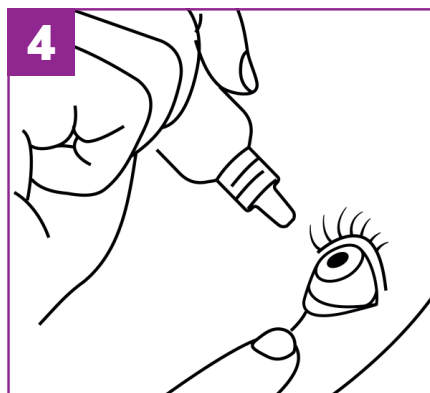
1 使用肥皂和水清洗雙手
(請參閱第 24 頁的洗手指南)。



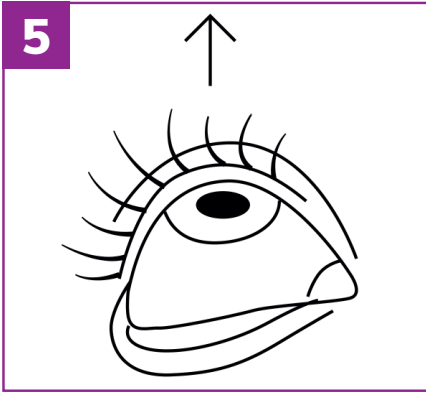
2 輕輕搖晃或輕敲眼藥水瓶。



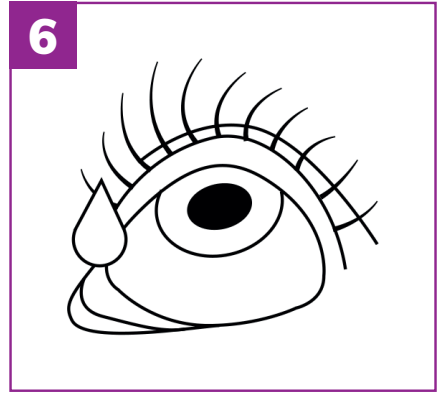
3 坐下來，向後仰頭。用手指輕拉下眼瞼，從而露出眼瞼和眼球之間的空間。



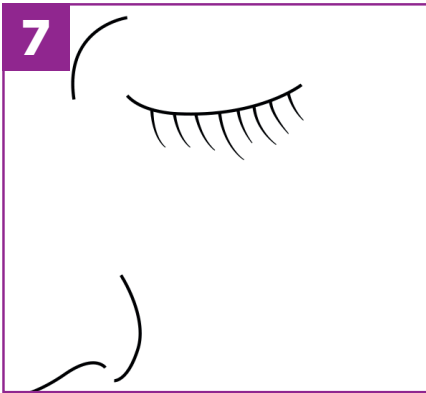
4 用另一隻手將瓶子置於眼睛上，注意不要讓眼藥水瓶的尖端碰到眼睛或皮膚。



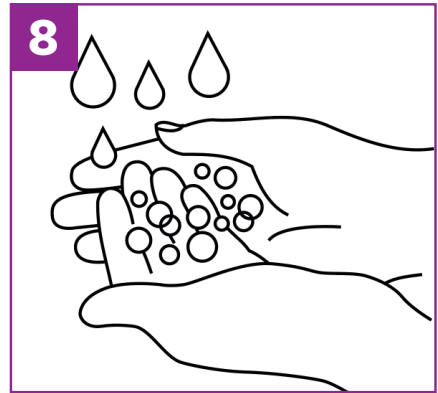
向上看。



擠壓眼藥水瓶，滴一滴眼藥水到下眼瞼內。



輕輕地閉上眼睛。



再次用肥皂和水清洗雙手（請參見第 24 頁的洗手指南）。

乾眼症

白內障手術後出現乾眼症很常見。乾眼症的症狀可能包括眼睛發紅、乾澀、異物感和流淚。

如有乾眼症症狀，您可以從您社區的視光師或當地藥店購買滋潤眼藥水。我們建議您在手術的前後幾天於每次進餐及就寢時間使用這些眼藥水，以緩解不適，滋養雙眼。

滋潤眼藥水可與處方眼藥水一起使用，但中間需間隔 5 分鐘。

如果您之前已患有乾眼症，那麼白內障手術會使症狀加重。我們建議在白內障手術前繼續定期使用紓緩乾眼症的眼藥水，以在準備過程中盡可能確保眼表健康。

有時乾眼症的症狀可能會在手術後持續幾個月。這並不罕見。您應繼續使用眼藥水來潤滑雙眼，以紓緩不適。如果持續出現乾眼症狀，請向您的社區視光師尋求建議。

術後常見問題解答

請在下方查閱常見問題列表。如有任何其他疑問，請在手術當天詢問您的護士。

我的視力會變得模糊嗎？

術後視力變模糊是常見現象，尤其是手術後第二天的早上，但這些症狀會隨著時間推移而有所改善。

我的眼睛會有什麼感覺？

您的眼睛可能會感覺乾澀、發紅、瘙癢。有時可能需要幾個星期才能完全恢復。

我什麼時候可以駕駛？

只要您覺得安全，您可以隨時開車。然而，在您達到法定駕駛要求（可在 20 米以外的地方看清車牌）之前，您將無法駕駛。再次駕駛之前，您可能需要一幅新的眼鏡。



我什麼時候可以運動？

您可以在手術一周後恢復輕度運動。術後兩周內請避免游泳或進行園藝活動。此外，在手術後的兩周內，要注意避開多塵的環境。

我什麼時候可以化妝？

在手術後的一周內請勿化眼妝，兩周內請勿在眼周使用假睫毛或進行任何其他美容治療。

我需要佩戴眼鏡嗎？

術後檢查後，可與您的社區視光師討論佩戴新的眼鏡。

為什麼感覺眼睛裡有東西？

持續幾天有發癢的感覺很正常。這與手術後的癒合過程有關。如果您遇到這種情況，請使用乾眼症眼藥水紓緩不適。

我可以洗頭髮嗎？

您可以像平常一樣洗漱和洗澡。手術後的一周內請盡量避免肥皂和水進眼。

我能揉眼睛嗎？

不能。請勿揉搓接受過手術的眼睛。保持清潔十分重要。

我什麼時候能重返工作崗位？

大多數人可在白內障手術後的第二天重返工作崗位。應在一段時間（2-4 周）內避免進行接觸性運動、需要控制和約束他人的工作，或在多塵環境中工作，但我們建議最好與您的外科醫生溝通。

我能乘坐飛機嗎？

我們建議您完成術後檢查後再乘坐飛機。然而，如確需出行，民航局 (CAA) 建議在接受簡單的白內障手術後等待 1 天再飛行。如果您需要出國，請注意 SpaMedica 將無法提供任何緊急治療。

為甚麼眼睛看到的顏色不一樣了？

您可能會注意或察覺到，接受過治療和未接受治療的眼睛看到的顏色存在差異。這屬於正常情況。

我應該繼續使用之前開的處方眼藥水嗎？

是的，只要眼藥水未過期，請務必繼續使用所有處方眼藥水。

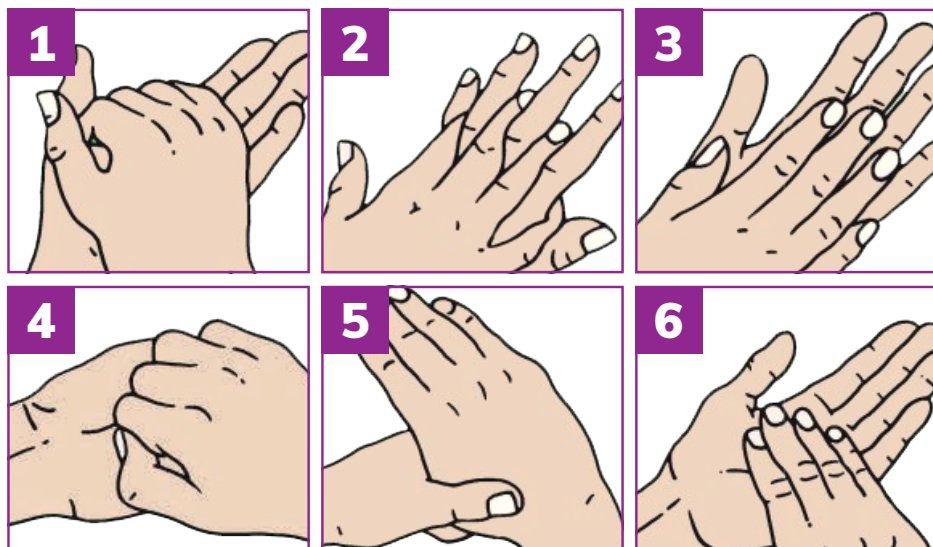
我能彎腰或舉起物品嗎？

最好避免提重物和連續彎腰 1 周。

我應該什麼時候進行術後檢查？

您的術後隨訪檢查通常會在手術後的 4-6 周由 SpaMedica 或您當地的視光師安排。

洗手指南



1. **手掌**：用水清洗雙手，塗上足量的肥皂覆蓋整隻手。手掌對手掌摩擦雙手。
2. **手背和手指間**：用另一隻手的手掌摩擦每隻手的手背，手指交錯。
3. **手指間**：手指交叉摩擦手掌。
4. **指甲**：用手指背面摩擦相對的手掌，手指交錯，用指甲摩擦手。
5. **拇指**：一隻手呈握拳狀，以另一隻手包裹並旋轉摩擦拇指。
6. **指尖和手腕**：繞圈摩擦相對手掌的指尖。用一隻手握住另一隻手的手腕旋轉摩擦。
7. **用水沖洗並擦乾雙手**。用手肘或乾淨的毛巾關閉水龍頭。用乾淨的干毛巾徹底擦乾雙手。

如何聯絡我們

我們的網站上有豐富的資訊：spamedica.co.uk

一般詢問

對於有關您手術的非緊急問題，請透過右邊的方式聯絡我們：

- 預約信息
- 交通方式查詢
- 關於治療的問題

電話：

0330 058 4280

週一至週六，上午 8
點至下午 6 點

電郵：[contact@
spamedica.co.uk](mailto:contact@spamedica.co.uk)

緊急求助

若您有以下任何症狀，請立即致電我們：

- 極度疼痛
- 嚴重持續性前額頭痛，伴有噁心及嘔吐（即使已服用撲熱息痛）
- 視力逐漸惡化或喪失視力

電話：

0161 838 0883

全年每天 24 小時在
線

意見反映及投訴

SpaMedica 樂於傾聽患者的心聲，我們十分重視您的意見反映。請告知我們我們做得好的方面，以及有待改進的地方。

我們的每一家醫院都設有反饋卡，方便您寫下您的治療體驗。請透過以下聯絡方式將您的意見傳送給我們：

電郵：**feedback@spamedica.co.uk**

地址：**Chief Operating Officer, SpaMedica Ltd.,
43 Churchgate, Bolton, BL1 1HU**

如果您對所接受的服務不滿意，請與院長溝通，或按上述地址致函給我們。

如果您向 SpaMedica 發出投訴，並且對回覆不滿意，您可以透過以下方式聯絡議會及衛生服務監察員 (PHSO)：

請在 PHSO 網站

www.ombudsman.org.uk/#complaint-checker PHSO 上填寫在線表格

客戶服務熱線：0345 015 4033，週一至週五上午 8:30 至下午 5:30 開放，公眾假期除外。

向 PHSO “回電” 服務發訊息：

07624 813 005，同時附上您的姓名和手機號碼。

聯絡我們

如有任何一般疑問，請透過以下方式與我們聯絡：

電話：**0330 058 4280**

電郵：**contact@spamedica.co.uk**



掃描此二維碼

網站

掃描二維碼或訪問 spamedica.co.uk 了解有關白內障手術的詳情

地址：

SpaMedica Ltd. 43 Churchgate, Bolton, BL1 1HU