

# 白内障手術後の日常生活の注意点

白内障の手術後は、ばい菌が入って感染症を起こさないようにすることが大切です。1週間は、目をおさえたり、こすったり、水や埃が入らないように気をつけてください。

## 洗髪・洗顔

手術後1週間は、直接目に水が入るような洗髪・洗顔は控えてください。美容院での洗髪や蒸しタオルで顔を拭くようお勧めします。1週間後の診察で問題なければ、洗髪・洗顔ができるようになります。

## 入浴

手術当日は入浴できません。  
翌日からは、首から下の入浴はできます。

## 化粧

アイシャドウ・アイライン・マスカラ等の目の周りの化粧は感染の誘引となりますので1週間はおやめください。  
手術翌日から、目の周りをさけ、ファンデーション・眉のお化粧はできます。

## TV・読書

手術当日から可能ですが、目が疲れない程度にしてください。

## 飲酒

手術当日はアルコールは控えてください。

## 仕事

デスクワークなどの仕事は手術翌日から問題はありません。  
目に力が入るような力仕事や作業などは控えてください。

## 運動

ウォーキングは翌日から可能です。ジム、筋トレ、プール、ゴルフ、テニス、ヨガは手術後1週間はおやめください。

～ご不明な点等ございましたら医師にご相談ください～