



熱敷

熱敷有助增加血液循環，緩解腫痛癥狀，促進炎症消散；亦可幫助軟化及排出油脂，舒緩眼睛的疼痛不適。

適用於：

- 眼瘡切開放膿術(俗稱「挑眼瘡」)的術後護理
- 緩解眼瘡的症狀，促進炎症消散

熱敷方法

方法一

熱雞蛋

1. 清潔雙手
2. 用乾淨的薄毛巾包著焗熟的熱雞蛋（雞蛋焗熟後不用去殼以便留回下次使用）
3. 用手腕測試蛋的溫度，不可過熱，避免燙傷皮膚
4. 閉上眼睛，將雞蛋敷於患處約十至十五分鐘
5. 熱敷後可按醫生處方使用眼藥水或藥膏。

方法二

熱毛巾

*如使用雞蛋作熱敷有困難時，可採用熱毛巾。

1. 清潔雙手
2. 預備一條乾淨毛巾，用熱水把毛巾弄濕，扭乾
3. 用手腕測試熱毛巾的溫度，不可過熱，避免燙傷皮膚
4. 閉上眼睛，將熱毛巾敷於患處約十至十五分鐘
5. 若毛巾溫度轉冷，可重覆以上步驟把毛巾重複弄熱
6. 熱敷後可按醫生處方使用眼藥水或藥膏

備註

- 若曾接受眼瘡切開放膿術(俗稱「挑眼瘡」)，於術後二十四小時後方可開始進行熱敷
每天熱敷最少三至四次，持續熱敷一至兩星期或直至癰症完全消退

此資料只用作一般教育和參考用途。如有疑問，請向醫護人員查詢。

專科護理諮詢小組 (眼科)

2019 年編印