

高雄榮民總醫院 整形外科 一般衛教文件

科別	整形外科	編號：3070004
主題	隆乳	2004.07.01訂定
製作單位	整形外科	2023.06.30 審閱/修訂

一般說明：

所謂的隆乳，是指在以下幾種情況之下，以自體或是外來的植入物來增加乳房體積，改善乳房外型 and 對稱性的方法，即 1. 先天乳房發育不良。2. 哺乳後乳房萎縮。 3. 乳房輕度下垂。 4. 未老化而乳房下垂者。目前最常使用的方法是為在腋下或乳暈周圍等地方做皮膚切口，然後把植入物置入乳房腺體下或胸大肌下，各有其優缺點。

其後遺症包含以下幾點：1. 隆乳手術後第五天起，義乳周圍就會開始形成包膜，將植入的義乳袋包裹，乳房因此會逐漸變硬。 2. 乳房位置不勻稱，包括高低、左右或上下不一致等。3. 義乳滲漏：多半是因為義乳袋用久後，因為材料疲乏產生針孔般漏洞而造成，滲透出時機不一，可在隆乳後數個月至數年間。 4. 包膜攣縮：此為隆乳後最常見的併發症，發生的原因很複雜，包括：醫師的手術技術、義乳的材質、義乳放置的位置、細菌感染的發生、術後的按摩乳房，及受術者的體質等等，皆有關連。此症狀多半在手術後 3-6 個月內出現。

如何自我照顧：

1. 按時服藥（消炎藥，胃藥，止痛藥）。
2. 換藥（傷口擦優碘及覆蓋紗布，如對膠布過敏只擦優碘即可）。
3. 拆線前傷口不可碰水，並暫時禁食刺激性食物如：煙、酒等，以利傷口癒合。

4. 術後胸部有彈性繃帶固定 24-48 小時。
5. 手術後 48 小時開始作乳房按摩。術後除了傷口照顧，最重要的復健工作便是按摩，按摩的目的在於增加乳房的柔軟度，讓乳房觸感自然。醫師在術後教導患者按摩方法，包括由側面壓、裡面推等各種角度。
6. 胸罩的穿著，依醫師視患者情況指示，原則上六個月內勿穿有鋼絲胸罩，若為外出方便可暫時穿著小可愛或柔軟無鋼絲胸罩。
7. 術後一週內避免碰撞，並限制雙臂過度用力，如提重物、抱小孩，或劇烈運動、三溫暖、游泳。雙臂需保持下垂姿勢。

何時應就醫：

若有血腫、異常劇痛、乳房變硬，可先電話聯絡或回院就診。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。