Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

乳头和乳晕纹身术的术后指导说明

本信息介绍了乳头和乳晕纹身术后应如何进行自我护理的相关事宜。 乳晕是乳头周围的一圈皮肤。

术后 1 到 2 天

- 手术后，医生助理或执业护理师会立即将 Tegaderm™ 塑料敷料敷在您的纹身上。 请将敷料保留 2 天。
- 您可以照常敷着敷料淋浴。 敷料可防水。
- 敷料下方可能会积聚液体。 这是正常现象。

术后 2 天（晚上）

请在手术后第 2 天的晚上取下 Tegaderm 敷料。 例如，如果您在周一纹身，则请在周三晚上取下敷料。

- 请在淋浴时取下敷料。 温水会软化敷料的粘合剂（粘性部分），使其更容易剥离。
- 取下敷料后，请用温水和温和的肥皂轻轻彻底清洁纹身部位。
- 如果纹身部位形成结痂，请勿撕扯。 此举会导致纹身中的墨水流出。 请让结痂自然愈合。 它们会自行愈合并脱落。
- 淋浴后，用干净的毛巾轻轻拍干纹身部位。 整晚保持纹身部位暴露在空气中（不要覆盖敷料）。 睡觉时可以穿宽松的衣服。 **睡觉时不要穿胸罩。**

术后 3 到 14 天

- 开始每天一次在纹身部位涂抹温和的保湿剂（如 Palmer’s® 可可脂）。 每次仅需使用少量（约一粒米大小）。 每天坚持这样做，直到皮肤完全愈合且不再脱皮或起皮。 这个过程通常需要 10 至 14 天。

- 待皮肤表层脱落之后，纹身颜色可能会显得较浅。 在愈合期间，您的皮肤可能会感到干燥，这种状况可能会持续数周。 大约 8 周（2 个月）后，纹身的真实颜色将再次显现。

一般护理指南

- 在纹身完全愈合之前，请勿游泳，或泡在游泳池、浴缸或热水浴缸中。 通常需要约 2 周时间。
- 术后 2 周内或结痂期间，请勿进行任何会导致出汗的活动。 包括锻炼。
  - 如果您正在接受物理治疗，手术后可以继续进行。
- 纹身部位属于开放性伤口，因此在愈合期间做好保护非常重要。 请避免让宠物毛发接触该部位，并远离灰尘、污垢或杂乱的环境。 睡在干净的床单上也有助于恢复。
- 请穿着柔软、宽松的衣物，以免在愈合期间对纹身部位造成摩擦或施加压力。
- 大多数人在乳头和乳晕纹身后不会感到疼痛。 但如果您感到不适，服用非处方止痛药会有帮助。 非处方止痛药的例子包括：
  - **对乙酰氨基酚 (Tylenol®) 或强效对乙酰氨基酚（超强效 Tylenol®）。** 手术后几小时即可开始服用对乙酰氨基酚。 请遵循药品标签上的说明，或遵照 PA 或 NP 的指示。
  - **非甾体抗炎药 (NSAID)，如布洛芬（Advil® 和 Motrin®）和萘普生 (Aleve®)。** 您可以在手术后 2 天开始服用非甾体抗炎药。 请勿过早服用，因为这样会增加出血风险。 开始服药后，请遵循药品标签上的说明或 PA 或 NP 的指示。
- 纹身术后进行磁共振成像 (MRI) 扫描与其他成像检查是安全的。

何时致电您的医疗保健提供者

如果出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 发热 101° F (38.3° C) 或更高。
- 纹身部位或周围疼痛。
- 纹身部位或周围发红或发热，且情况加剧。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Instructions for After Your Nipple and Areola Tattoo Procedure - Last updated on August 27, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利