

Zalecenia dla pacjentów (dorośli) po przebytej operacji zaćmy i / lub wszczepieniu sztucznej soczewki wewnątrzgałkowej. Dotyczy również pacjentów po wielu innych operacjach okulistycznych

1. Rana operacyjna jest w trakcie gojenia się, co potrwa ok. 6 tygodni. Istnieje możliwość uczucia „ciała obcego” pod powieką. Uczucie to będzie stopniowo ustępowało.
2. Należy zachować oszczędzający tryb życia (jak w trakcie pobytu w szpitalu). Trudno wyliczyć wszystkie czynności, których należy w okresie pooperacyjnym unikać jednak głównie należy **unikać nadmiernego wysiłku fizycznego**.
3. W przypadku stwierdzenia pogorszenia widzenia lub pojawienia się dolegliwości bólowych należy niezwłocznie zgłosić się do Kliniki.
4. Unikać zaciskania powiek.
5. Nie podnosić rzeczy o ciężarze powyżej 5 kg.
6. Unikać pochylania się i napinania mięśni brzucha. Aby sięgnąć po buty, można to zrobić z przysiadu. W okresie pooperacyjnym należy wstrzymać się od uprawiania sportu.
7. Nie uciskać operowanego oka, i nie trzeć go.
8. Ewentualną wydzielinę usuwać wilgotnym, czystym wacikiem unikając uciskania powiek, szczególnie powieki górnej.
9. Należy przestrzegać zaleceń zamieszczonych w karcie informacyjnej dotyczących stosowania leczenia miejscowego i ogólnego. Jeżeli krople skończą się wcześniej niż wyznaczony termin badania kontrolnego, należy zwrócić się do okulisty lub lekarza rodzinnego w celu przepisania nowych.
10. **Dokładnie myć ręce przed zakrapianiem oczu.**
11. Jak prawidłowo podawać krople oczne?
 - odciągnąć dolną powiekę, spojrzeć w górę;
 - zakropić jedną kroplę, nie dotykając końcówką dozownika powiek, rzęs ani żadnych przedmiotów;
 - zamknąć powieki na ok. minutę po zakropieniu;
 - można stosować krople leżąc, patrząc na końcówkę dozownika;
 - nie używać kropli, które były otwarte dłużej niż zaleca producent;
12. Nie stosować innych kropli niż zalecane.
13. W okresie pooperacyjnym nie stosować bardzo gorącej kąpieli, ani nie korzystać z sauny.
14. Można oglądać TV, czytać i korzystać z komputera.
15. Można spacerować bez potrzeby noszenia opatrunku, należy jednak unikać silnego nasłonecznienia, wiatru i dużego zapylenia ewentualnie stosować okulary przeciwsłoneczne.
16. Można używać okularów stosowanych wcześniej, przed zabiegiem, jeżeli jednak szkło po stronie oka operowanego znacznie utrudnia posługiwanie się tymi okularami, można to szkło usunąć, zastępując szkłem bez korekcji. Ostateczna korekcja okularowa lub soczewka kontaktowa, zostanie przepisana po całkowitym zagojeniu się oka i ustabilizowaniu się

ostrości wzroku po okresie pooperacyjnym.

17. Należy zgłaszać się do badań kontrolnych według zaleceń na karcie informacyjnej.