

**ZALECENIA DLA PACJENTÓW PO PRZEBYTEJ OPERACJI USUNIĘCIA ZAĆMY  
I WSZCZEPIENIU SZTUCZNEJ SOCZEWKI WEWNĄTRZGAŁKOWEJ**

1. Rana operacyjna jest w trakcie gojenia się, co potrwa około 2 miesięcy. Istnieje możliwość uczucia „ciała obcego” pod powieką ze względu na obecność szwów.  
Uczucie to będzie stopniowo ustępować.
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 WYSIŁKU FIZYCZNEGO**.
3. W przypadku stwierdzenia pogorszenia widzenia lub pojawienia się dolegliwości bólowych należy niezwłocznie zgłosić się na Oddział Okulistyczny.
4. Unikać zaciskania powiek. Do bezwiednego zaciskania powiek często dochodzi w trakcie śmiechu, kaszlu, kichania czy ziewania. Należy wtedy zwracać uwagę, by nie zaciskać powiek.
5. Nie podnosić ciężkich rzeczy.
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. Zachować ostrożność przy myciu twarzy.
8. Ewentualną wydzielinę usuwać wilgotnym, czystym wacikiem, unikając ucisku powiek, szczególnie powieki górnej.
9. Należy przestrzegać zaleceń dotyczących stosowania kropli. Jeżeli krople skończą się wcześniej niż wyznaczony termin badania kontrolnego należy się zwrócić do okulisty w celu przepisania nowych.
10. Dokładnie umyć ręce przed zakrapianiem.
11. Jak prawidłowo podawać kropelki?
  - a) Odciągnąć dolną powiekę, spojrzeć w górę,
  - b) Zakropić jedną kroplę, nie dotykając końcówką powiek, rzęs ani żadnych przedmiotów, zamknąć powieki na około minutę po zakropieniu,
  - c) Można stosować krople leżąc, patrząc na końcówkę dozownika,
  - d) Nie używać kropli, które były otwarte dłużej niż 1 miesiąc.
12. Nie stosować innych kropli, niż zalecane.
13. W okresie pooperacyjnym nie stosować bardzo gorącej kąpieli. Nie korzystać z sauny.
14. Można oglądać TV i czytać, jednak nie zbyt długo w ciągu pierwszych 3 tygodni.
15. Można spacerować bez potrzeby noszenia opatrunku, należy jednak unikać silnego nasłonecznienia, ewentualnie stosować okulary przeciwsłoneczne.
16. W razie potrzeby stosować słabe środki ułatwiające wypróżnianie.
17. Można myć włosy zwracając uwagę aby szampon i woda nie dostały się do operowanego oka.
18. W przypadku wystąpienia niewielkich dolegliwości bólowych lub uczucia dyskomfortu można stosować Aspirynę. Pojawienie się silniejszych dolegliwości wymaga wizyty u lekarza.
19. Stosunki płciowe można podjąć najwcześniej po 3 tygodniach od operacji.
20. 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 zwykłym szkłem. Ostateczna korekcja okularowa lub soczewka kontaktowa zostanie przypisana po całkowitym zagojeniu się oka i ustabilizowaniu się widzenia po okresie pooperacyjnym.
21. Należy zgłaszać się do badań kontrolnych zgodnie z zaleceniami.

**DO OKA OPEROWANEGO:**

- LOTEMAX 4xdz przez 3 tyg
- NEVANAC 3xdz przez 4 tyg
- 0,5% TROPICAMID 2xdz przez 3 dni
- VIGAMOX 4xdz przez 14 dni