

## ZALECENIA DLA PACJENTÓW PO ZABIEGU USUNIĘCIA ZAĆMY

- w trakcie gojenia się rany pooperacyjnej należy zachować oszczędzający tryb życia
- w pierwszych dniach należy unikać wysiłku fizycznego i nie podnosić ciężkich rzeczy
- unikać uciskania i nie pocierać operowanego oka
- ewentualną wydzielinę usuwać wilgotnym, czystym wacikiem unikając uciskania powiek
- po 24 godzinach można spacerować bez potrzeby noszenia opatrunku, należy jednak unikać silnego nasłonecznienia – ewentualnie należy stosować okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV.
- można myć włosy, zwracając uwagę, aby szampon nie dostał się do operowanego oka
- można używać okularów stosowanych wcześniej, jeśli jednak szkło po stronie oka operowanego znacznie utrudnia posługiwanie się tymi okularami można to szkło zastąpić szkłem zwykłym - ostateczna korekcja okularowa zostanie przepisana po całkowitym zagojeniu się oka i ustabilizowaniu się widzenia
- należy przestrzegać zaleceń lekarza dotyczących stosowania kropli do oczu i jeśli krople skończą się wcześniej niż w wyznaczony termin badania kontrolnego, należy zwrócić się do okulisty
- jak prawidłowo podawać krople oczne?
  - dokładnie myć ręce przed zakraplaniem
  - odciągnąć dolną powiekę, spojrzeć w górę;
  - zakropić jedną kroplę, nie dotykając końcówką dozownika powiek ani rzęs
  - można stosować krople leżąc, patrząc na końcówkę dozownika;
  - nie używać kropli, które były otwarte dłużej niż 1 miesiąc;
  - nie stosować innych kropli niż zalecone.
- można oglądać TV oraz czytać
- w razie potrzeby stosować słabe środki ułatwiające wypróżnienie.
- stosunki płciowe można podjąć najwcześniej po 3 tygodniach od operacji
- nie należy spać na boku po stronie oka operowanego
- nie stosować gorącej kąpieli, nie korzystać z sauny
- należy zgłosić się na badania kontrolne – zgodnie z zaleceniami lekarza prowadzącego