



Directives à suivre après une intervention à l'œil

Pansement oculaire

- Si vous portez un pansement oculaire, N'Y TOUCHEZ PAS avant qu'on vous dise de le faire.
- Si vous avez un couvre-œil, portez-le en suivant les directives qu'on vous a données.
- Au besoin, vous pouvez laver le couvre-œil à l'eau tiède savonneuse.

Médication

- Recommencez à prendre tous vos autres médicaments dès votre retour chez vous.
- Si vous ressentez de la douleur au cours des cinq premiers jours, un médicament peut vous soulager. Il vaut mieux prendre de l'acétaminophène plutôt que de l'aspirine (acide acétylsalicylique ou AAS) ou un anti-inflammatoire, à moins que vous soyez allergique.
- En cas de constipation, prenez un laxatif léger.
- Si vous utilisez plus d'une goutte oculaire, espacez toujours l'administration de chacune de 3 à 5 minutes.
- Si vous utilisez des gouttes oculaires et une pommade ophtalmique, commencez toujours par l'administration des gouttes.

Vue

- Vous aurez peut-être l'impression d'avoir « quelque chose dans l'œil ». NE VOUS FROTTEZ PAS les yeux et ne touchez pas à l'œil.
- Si vous avez des larmes ou les yeux larmoyants, c'est normal. Essuyez-vous l'œil chaque fois avec un mouchoir propre.
- Il se peut que vous soyez hypersensible à la lumière vive. Si c'est le cas, un clip solaire ou des lunettes de soleil peuvent s'avérer utiles.

Activités

- Évitez les endroits où il y a de la poussière ou des saletés, ou d'autres irritants oculaires comme la fumée.
- Augmentez vos activités quotidiennes à mesure que vous vous sentez à l'aise de le faire sans ressentir de malaise dans l'œil. Reposez l'œil souvent.
- Vous pouvez lire, regarder la télévision ou travailler à l'ordinateur avec MODÉRATION.
- Lavez délicatement le tour de l'œil à l'eau tiède, au moyen d'une débarbouillette

propre. Vous pouvez prendre une douche.

- Ne mettez pas de savon ni de shampoing dans l'œil pendant cinq jours.
- Évitez de soulever des objets de plus de 10 livres (5 kg).
- À l'extérieur, vous devriez porter des lunettes de soleil avec filtres UVA et UVB.
- Si vous portez un couvre-œil, maintenez-le en place au moyen d'un ruban adhésif la nuit, et enlevez-le le matin, au lever.

Suivi

- Veuillez apporter tous vos médicaments oculaires à votre prochain rendez-vous chez l'ophtalmologue.
- Discutez avec votre médecin du moment où vous pourrez reprendre les activités suivantes :
 - Conduite automobile
 - Travail physique exigeant, comme pelleter de la neige ou creuser dans le jardin
 - Sports, exercice, poids et haltères
 - Abandon du protecteur oculaire pour la nuit
 - Maquillage
 - Soulèvement d'un objet de plus de 10 livres (5 kg)
 - Natation
 - Activité sexuelle

APPELEZ VOTRE OPHTALMOLOGUE SI VOUS PRÉSENTEZ LES SYMPTÔMES SUIVANTS :

- Douleur oculaire intense qui n'est pas soulagée par l'acétaminophène
- Rougeur ou enflure accrue de l'œil ou de la muqueuse oculaire.
- Écoulement de l'œil de couleur verdâtre ou qui ressemble à du pus
- Modification soudaine de la vue

Si vous ne parvenez pas à joindre l'ophtalmologue, retournez au Centre de santé Misericordia, qui est ouvert 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 pour des soins oculaires d'urgence. Entrez au 99, avenue Cornish et présentez-vous au comptoir d'accueil des patients. Si vous habitez en dehors de Winnipeg, veuillez vous rendre au centre de santé le plus proche de chez vous.