



## Consignes à suivre après une trabéculectomie

### Pansement oculaire

- Vous devez fixer une coquille sur l'œil au coucher la nuit (avec du ruban adhésif fonctionne bien).

### Médicaments

- Recommencez à prendre tous vos MÉDICAMENTS dès votre retour à la maison.
- Consultez votre ophtalmologiste avant de recommencer à prendre des anticoagulants.
- La chirurgie occasionne habituellement un inconfort minime. Si vous ressentez une légère douleur, prenez des analgésiques comme Tylenol ou Tylenol Extra-Forts.
- NE PRENEZ PAS d'aspirine ou de produits à base d'aspirine sans avoir d'abord consulté votre ophtalmologiste.
- Si vous souffrez de constipation, prenez un laxatif doux. Les efforts pour aller à la selle peuvent endommager votre œil.
- Si vous utilisez des gouttes oculaires et une pommade ophtalmique, instillez toujours les gouttes en premier. Attendez 3 à 5 minutes avant d'appliquer la pommade.

### Vision

- L'amélioration de la vision varie d'une personne à l'autre et dépend de plusieurs facteurs.
- Évitez les environnements où souffle de la poussière ou de la saleté, et les endroits où il peut y avoir des irritants pour les yeux, comme les pièces enfumées ou ayant de fortes vapeurs.

### Activités

- Nettoyez délicatement autour de l'œil avec une débarbouillette propre imbibée d'eau tiède.
- Évitez qu'il y ait de l'eau savonneuse ou du shampooing dans votre œil.
- Vous pouvez lire, regarder la télévision ou travailler à l'ordinateur tant que le confort de votre œil le permet.
- Reposez souvent votre œil.
- Ne frottez pas votre œil.
- Ne portez pas de maquillage pendant au moins 6 semaines après la chirurgie.

## Suivi

- Apportez tous vos médicaments oculaires à votre prochain rendez-vous chez votre ophtalmologiste.
- Lors de votre rendez-vous de suivi chez l'ophtalmologiste, celui-ci ou celle-ci vous indiquera quand vous pouvez recommencer :
  - À conduire.
  - À lever des poids de plus de 4,5 kg (10 lb).
  - À nager.
  - À faire des efforts physiques comme pelleter la neige ou creuser la terre dans le jardin.
  - À pratiquer des sports et à faire de l'exercice ou de la musculation.

## Appelez votre ophtalmologiste dans les cas suivants :

- Vous ressentez une douleur persistante à l'œil ou au front qui n'est pas soulagée par du Tylenol.
- Vous remarquez un changement soudain de votre vision.
- Vous notez une augmentation de la rougeur ou de l'enflure de l'œil ou de la membrane de l'œil.
- Vous notez un écoulement de pus, jaune ou vert au niveau de l'œil.

Si vous ne pouvez pas joindre votre ophtalmologiste, retournez au centre de santé Misericordia qui est ouvert 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 pour les urgences oculaires. Présentez-vous au comptoir d'inscription des patients à l'entrée du 99, avenue Cornish. Si vous habitez à l'extérieur de Winnipeg, veuillez vous rendre au centre de santé le plus proche de chez vous.