

Téléphone du standard : \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Téléphone du service d'ophtalmologie ou de l'ophtalmologiste : \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone en cas d'urgence (24h/24h + WE) : \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Nom du chirurgien qui vous a opéré : .....

Date et heure de votre intervention : Le ..... à ..... h.....

Date et heure de votre prochain rendez vous : Le ..... à ..... h.....

**CONSIGNES POST- OPERATOIRES**  
**APRES UNE CHIRURGIE DE LA CATARACTE**  
[A LIRE OU A VOUS FAIRE LIRE](#)

**COMPLICATIONS APRES UNE CHIRURGIE DE LA CATARACTE**

L'intervention de la cataracte est un **acte très fréquent, parfaitement standardisé**. Il est suivi d'**excellents résultats**. Cependant, l'opération de la cataracte n'échappe pas à la règle générale selon laquelle il n'existe pas de chirurgie sans risque.

**Avant votre intervention, vous avez été averti(e) des complications possibles après une intervention de la cataracte. Un document vous a été remis. Vous pouvez vous y référer.**

**Le patient et ses proches ont un rôle personnel à jouer dans la réussite de la chirurgie de la cataracte, en respectant les recommandations post opératoires pour la réalisation des soins et la protection de l'œil opéré vis-à-vis de tout traumatisme.**

**C'est pourquoi vous devez suivre attentivement les consignes de ce document.**

Une prescription de soins infirmiers à domicile sera délivrée uniquement (mais systématiquement) pour les patients peu ou pas autonomes, sans entourage pouvant les aider dans les soins post opératoires prescrits.

# A VOTRE DOMICILE

## 1) A votre retour

- ◆ Repos indispensable jusqu'au lendemain matin.
- ◆ S'alimenter car l'intervention est réalisée à jeun.

## 2) La première nuit

- ◆ Ne pas rester seul la première nuit (Obligatoire).
- ◆ Eviter de dormir du côté de l'œil opéré cette nuit là.

## 3) La première nuit et les jours suivants

- ◆ **Ne pas toucher ni froter l'œil.**
- ◆ Mettre une taie d'oreiller ou de traversin propre. Elle doit toujours rester propre.
- ◆ La coque et/ou le pansement sont à remettre avant de dormir durant huit jours. (voir recommandations ci-après)
- ◆ Débuter le traitement collyre et/ou pommade prescrit par votre chirurgien pour l'œil opéré. (Voir recommandations ci-après)
- ◆ Poursuivre la prescription de collyre(s) et/ou de pommade durant le temps précisé sur l'ordonnance médicale.
- ◆ Reprendre votre traitement médicamenteux habituel, sauf contre indication par le chirurgien ophtalmologiste et/ou l'anesthésiste.
- ◆ Porter des lunettes (Quel que soit le type de lunettes : lunettes de vue adaptées, neutres ou lunettes de soleil) durant la journée et ce durant 8 jours, pour diminuer le risque de traumatisme de l'œil.

# URGENCES

**Pour l'œil opéré, en cas de symptôme pouvant évoquer une complication, tel que :**

- **Baisse de la vision** franche et brutale de l'œil opéré.
- **Douleur** oculaire.
- Aggravation de la **rougeur oculaire**.
- **Perception** importante de mouches volantes, taches, d'un voile noir ou d'éclairs.

**Vous devez contacter immédiatement votre chirurgien ou l'établissement dans lequel vous avez été opéré pour avis médical le jour même. (Voir Numéros d'appel p.1)**

## RECOMMANDATIONS

## GESTION ET INSTILLATION DES COLLYRES ET/OU POMMADES

Pour prévenir tout risque d'infection sur l'œil opéré lors de l'instillation des collyres et/ou de pommade :

### AVANT DE TOUCHER L'ŒIL ET DE MANIPULER LES COLLYRES ET/OU LA POMMADE

- **Lavez-vous les mains avec du savon liquide et de l'eau avant chaque soin** en vous essuyant les mains sur un papier jetable ou une serviette propre.
- ou
- **Désinfectez-vous les mains** avec une solution hydro-alcoolique que vous pouvez trouver en pharmacie.  
Frictionner jusqu'à ce que les mains soient sèches.



### GESTION DES COLLYRES ET DES TUBES DE POMMADE



- Noter sur chaque flacon et/ou tube la date d'ouverture.
- Respecter la durée limite d'utilisation après ouverture (cf. notice du médicament).
- Refermer les collyres et/ou tubes après chaque utilisation.
- Déposer les collyres et/ou tubes sur un endroit propre et non poussiéreux.
- Si vos deux yeux sont opérés, identifiez les flacons pour chaque œil concerné.
- Après avoir ouvert les flacons et/ou tubes, poser les bouchons sur une surface propre en veillant à ce que le côté interne du bouchon ne soit pas posé côté table (cf. photo).



### ADMINISTRATION DU COLLYRE

- Veiller à ce que l'orifice du flacon ne touche rien (ni les mains, ni l'œil) (Cf photos).



### ADMINISTRATION DE LA POMMADE

- Appliquer la dose prescrite dans le cul-de-sac obtenu en abaissant la partie interne de la paupière inférieure, puis procéder comme pour un collyre.
- Ne pas toucher le globe oculaire, les paupières ou les cils avec l'extrémité du tube.

### APRES ADMINISTRATION DU COLLYRE OU DE LA POMMADE

- Utiliser une compresse stérile pour enlever l'excédent de collyre ou de pommade.
- Jeter la compresse après utilisation (1 compresse par œil si les deux yeux sont opérés).
- Pour améliorer l'efficacité des collyres, respecter un temps de 5 minutes entre chaque collyre.
- Bien reboucher les flacons et tubes après chaque utilisation.

## RECOMMANDATIONS

## SI UTILISATION DE LA COQUE

- Laver la coque tous les jours avec du liquide vaisselle, bien la rincer et l'essuyer avec un papier jetable propre (papier absorbant ou mouchoir à usage unique).
- Déposer la coque dans un endroit propre et sec ou dans un papier jetable propre.

## RECOMMANDATIONS

## SI PRESCRIPTION D'UN PANSEMENT

- Lavez-vous ou désinfectez-vous les mains avant le soin.
- Utiliser des compresses stériles.
- Si l'œil coule, utiliser une compresse stérile et ne pas la réutiliser.

## CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- ♦ **Se frotter l'œil opéré.**
- ♦ **Toucher l'œil opéré** jusqu'à la prochaine consultation.
- ♦ Mouiller l'œil durant la toilette ou le shampoing, durant les 8 premiers jours post opératoires.
- ♦ Maquiller l'œil opéré durant le premier mois.
- ♦ Mettre d'autres collyres que ceux prescrits.

### JUSQU'A LA PROCHAINE CONSULTATION :

- ♦ Faire une activité demandant un effort physique important ou pouvant vous exposer au sable ou à la poussière :
  - Transporter des charges lourdes.
  - Jardiner, réaliser des travaux agricoles.
  - Utiliser un tracteur à cause des vibrations et de la poussière.
  - Réaliser des travaux sales et poussiéreux.
- ♦ Aller à la piscine.

### DURANT LE PREMIER MOIS :

- ♦ Faire une activité physique ou un sport pouvant exposer à une contusion oculaire ou à la poussière :
  - Tennis, sport de contact sport de combat et de ballon.
  - Vélo, moto.
  - Jouer avec de jeunes enfants et des animaux domestiques.

## CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE

- ♦ Le lendemain de l'intervention, vous pouvez reprendre une vie « normale ». Par exemple :
  - Regarder la télévision.
  - Utiliser l'ordinateur.
  - Marcher.
  - Vous alimenter normalement.
  - Lire, coudre...
  - Vous doucher quotidiennement en évitant la tête et le visage.
  - Prendre l'avion.
- ♦ Vous pouvez éventuellement vous laver les cheveux durant la première semaine, mais uniquement si vous évitez de mettre de l'eau et du shampoing dans l'œil opéré. L'aide d'une tierce personne est souhaitable, voir indispensable.

## ACTIVITES AUTORISEES APRES AVIS MEDICAL

- ♦ La reprise de la conduite de votre véhicule.
- ♦ La reprise de votre activité professionnelle.
- ♦ La reprise d'une activité physique ou sportive modérée, non violente.
- ♦ La reprise de la natation.
- ♦ Les voyages.

Ne vous inquiétez pas si votre vision n'est pas tout à fait satisfaisante, notamment pour la lecture durant **3 à 4 semaines après la chirurgie**.