

## Materiały edukacyjne

### ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO OPERACJI ZAĆMY

nr 15

#### Gojenie się rany pooperacyjnej trwa około dwa miesiące, w tym czasie pamiętaj, aby:

- oczy zakrapiać zgodnie z zaleceniami lekarza,
- przed zakraplaniem oka każdorazowo umyć ręce wodą z mydłem,
- krople wpuszczać do worka spojówkowego. Nie należy wpuszczać kropli w kącik oka znajdujący się w pobliżu nosa, gdyż znajduje się tam kanalik łzowy, który spowoduje spłynięcie leku do nosa i gardła, a lek nie utrzyma się w takim stężeniu na powierzchni oka,
- jednorazowo wkraplać tylko jedną kroplę, bowiem pojemność worka jest mała. Nadmiar kropli wypłynie z oka, a tym samym nie zadziała,
- po podaniu kropli do oka, nie mrugać, gdyż mruganie powoduje odprowadzenie leku do kanału łzowego. Zamiast mrugać zamykamy oczy na ok. 2 minuty, zaleca się delikatny ucisknąć wewnętrzny kącik oka, tuż przy nosie – ucisk ten zahamuje wypływ kropli i przedostanie się ich do jamy nosowej,
- gdy do podania mamy więcej niż jeden lek do jednego oka, nie wpuszczać ich „jeden po drugim” bo może dojść do wylania się z oczu oraz do interakcji. Bezpiecznie jest zachować przerwy między kolejnymi kroplami ok. 10 minut,
- kolejność podawania leków ocznych jest następująca: najpierw krople, później żele a na końcu maści (z zachowaniem przerw 10 minutowych),
- zwracać uwagę na datę ważności kropli, należy czytać ulotki producentów dotyczące okresu przydatności po otwarciu leku (z reguły jest to okres 4 tygodni, niektóre krócej, inne dłużej) oraz sposobu przechowywania leków ocznych (np. w lodówce). Najlepiej jest opisać lek na opakowaniu datą do kiedy będą ważne. Po tym czasie trzeba je wyrzucać, gdyż tracą jałowość,
- ewentualną wydzielinę delikatnie usunąć wacikiem zmoczonym w ciepłej, przegotowanej wodzie stosując zasadę od zewnętrznej części do kącika oka,
- unikać pochylania się i napinania mięśni brzucha i podnoszenia ciężkich rzeczy, unikać nadmiernego wysiłku fizycznego - nie uprawiać wyczynowo sportu, nie korzystać z siłowni,
- stosować dietę lekkostrawną, unikać parcia przy wypróżnieniach,
- nie uciskać oka operowanego,
- włosy myć niezbyt gorącą wodą przy pomocy innej osoby, nie pochylać głowy do przodu
- nie korzystać z sauny, basenów, unikać gorących kąpielii,
- kobiety nie powinny używać kosmetyków kolorowych (cienie, tusze do rzęs) gdyż mogą być

potencjalnym źródłem zakażenia.