

Materiały edukacyjne

ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO OPERACJI JASKRY	nr 17
--	--------------

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

- oczy zakrapiać zgodnie z zaleceniami lekarza,
- przed zakraplaniem oka należy dokładnie umyć ręce wodą z mydłem,
- krople wpuszczać do worka spojówkowego. Nie należy wpuszczać kropli do kącika 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 podajemy tylko jedną kroplę, bowiem pojemność worka jest mała. Nadmiar kropli wypłynie z oka, a tym samym nie zadziała,
- po podaniu kropli do oka, nie mrugamy, gdyż mruganie powoduje odprowadzenie leku do kanału łzowego. Zamiast mrugać zamykamy oczy na ok. 2 minuty, zaleca się delikatnie ucisnąć 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 wpuszczamy 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),
- bardzo ważna jest data ważności kropli, należy czytać ulotki producentów dotyczące okresu przydatności po otwarciu leku oraz sposobu przechowywania leków ocznych (np. w lodówce). Najlepiej jest opisać lek na opakowaniu datą do kiedy będą ważne po otwarciu. Po tym czasie trzeba je wyrzucić, gdyż tracą jałowość,
- unikać pochylania się i napinania mięśni brzucha np. sięgając po rzeczy z podłogi wykonać przysiad,
- unikać nadmiernego wysiłku fizycznego – wstrzymać się od uprawiania sportu szczególnie sportów wytrzymałościowych, siłowni, gry na instrumentach dętych, nie dźwigać, nie podnosić ciężkich przedmiotów, unikać gwałtownych szarpnięć, nie pochylać się,

- wskazane są spacerory ale należy unikać silnego wiatru,
- stosować dietę lekkostrawną by uniknąć parcia przy wypróżnieniach,
- jeżeli pojawi się wydzielina delikatnie usunąć ją wacikiem zmoczonym w ciepłej, przegotowanej wodzie stosując zasadę od zewnętrznej części do kącika oka,
- nie korzystać z basenów, sauny oraz unikać gorących kąpeli,
- włosy myć przy pomocy osoby drugiej niezbyt gorącą wodą, używać szampony dla dzieci,
- przy myciu twarzy uważać, aby woda z mydłem nie dostała się do oka,
- unikać współżycia seksualnego do 3 tygodni po zabiegu,
- ograniczyć używki- palenie papierosów, zakaz picia alkoholu,
- nie uciskać i nie trzeć oka,
- unikać nadmiernego nasłonecznienia, ewentualnie stosować okulary przeciwsłoneczne,
- nie nosić soczewek kontaktowych, unikać stresu,
- kobiety nie powinny używać kosmetyków kolorowych (cienie, tusze do rzęs),
- w razie jakiegokolwiek uczucia zaburzenia widzenia, bólu lub zmiany wyglądu oka należy natychmiast skontaktować się z lekarzem okulistą,