

Materiały edukacyjne

ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO OPERACJI WITREKTOMII TYLNEJ I OPERACJI ODWARSTWIENIA SIATKÓWKI	nr 16
---	--------------

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

- oczy zakrapiać zgodnie z zaleceniami lekarza,
- przed zakraplaniem oka każdorazowo dokładnie 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 wkrapiaj tylko jedną kroplę, bowiem pojemność worka jest mała. Nadmiar kropli wypłynie z oka, a tym samym nie zadziała,
- po podaniu kropli do oka, nie mrugaj, gdyż mruganie powoduje odprowadzenie leku do kanału łzowego. Zamiast mrugać zamknij 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 wpuszczaj 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,
- zastosuj 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, przeczytaj 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 wyrzuć je, gdyż tracą jałowość,
- nie uciskaj i nie pocieraj oczu, unikaj pochylania się, napinania mięśni brzucha, gwałtownych ruchów, szarpnięć,

- unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego, nie uprawiaj wyczynowo sportu, nie korzystaj z siłowni, nie korzystaj z sauny, basenów oraz unikać gorących kąpeli,
- unikaj współżycia seksualnego do 3 tygodni po zabiegu,
- unikaj spacerów przy silnym wietrze,
- stosuj dietę lekkostrawną, unikaj zapań i parcia przy wypróżnieniach,
- całkowicie wyeliminuj alkohol,
- włosy myj przy pomocy innej osoby niezbyt gorącą wodą,
- przy myciu twarzy uważaj, aby woda z mydłem nie dostała się do oka,
- unikaj sytuacji kiedy chwilowo podnosi się ciśnienie krwi tj. uporczywy kaszel czy kichanie,
- kobiety nie powinny używać kosmetyków kolorowych (cienie, tusze do rzęs) gdyż mogą być potencjalnym źródłem zakażenia!),
- śpij w pozycji zalecanej przez lekarza, na noc zasłaniaj oko osłonką,
- jeżeli podczas operacji podano do gałki ocznej pęcherzyk gazu pamiętaj o odpowiednim, wskazanym przez lekarza ułożeniu głowy,
- unikaj przypadkowych urazów i miejsc o dużym zapyleniu,
- po podaniu gazu podczas zabiegu operacyjnego **nie podróżuj** samolotem przez 2 miesiące!
- przez 8 tygodni prowadź oszczędny tryb życia, nie planuj podróży i pobytów sanatoryjnych, ważnych zadań w pracy.