

Richtlijnen en adviezen na een staaroperatie

Instructies in de ochtend na de ingreep

In de ochtend na de staaroperatie:

1. Haalt u het kapje van uw geopereerde oog af. Mocht u het prettig vinden dan kunt u het kapje bewaren voor de nacht.
2. Gooit u het verbandje weg;
3. Maakt u de huid rond het oog voorzichtig schoon met een tissue met water;
4. Start met de oogdruppels volgens het schema uitgelegd in deze folder bij het kopje 'Oogdruppels'.

Zorg dat u deze stappen heeft opgevolgd vóór uw telefonische controle.

Controles

De dag na de operatie heeft u de eerste telefonische controle. Wij adviseren u eventuele vragen van tevoren op te schrijven als geheugensteun. De belangrijkste punten die met u worden besproken:

- Pijn of misselijkheid
- Het zicht
- Medicatie

Ongeveer vier weken na de operatie heeft u een laatste controle op onze polikliniek. Deze datum is bij u bekend of u ontvangt de afspraak per post.

Oogdruppels - ontvangen bij apotheek De Karpen

Het is belangrijk dat u de dag na de ingreep start met de oogdruppels volgens het schema:

Druppelen tot en met 3 weken na de ingreep:

- Dexamethason: 3x per dag 1 druppel
- Nevanac: 's ochtends 1x per dag 1 druppel
- Mocht u klachten hebben van roodheid, irritatie en/of branderig gevoel dan kunt u druppelen met de ooggel (die heeft u meegekregen bij de apotheek de Karpen).

Houd ongeveer 5 minuten aan tussen de druppels Dexamethason en Nevanac. De laatste dag dat u de oogdruppels gebruikt is 3 weken na de ingreep.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Als u voor de staaroperatie al andere oogdruppels gebruikt, dan moet u deze na de operatie gewoon blijven gebruiken. Open wel een nieuw flesje van alle oogdruppels vanwege de hygiëne. Het flesje Nevanac druppels die u voor de operatie heeft opengemaakt mag u wel doorgebruiken.

De Nevanac druppels zijn stroperig. Om de druppels iets vloeibaarder te maken, mag u het flesje voor gebruik schudden en in de handen warmen. U kunt het flesje eventueel op de kop bewaren, zodat de druppel gemakkelijker uit het flesje komt.

De ogen op de juiste manier druppelen, bevordert de genezing van uw oog. Voor een uitgebreide oogdruppelinstructie kunt u terecht bij polikliniek oogheelkunde of bij uw apotheek.

Leefregels

Autorijden

De eerste week na de ingreep is het niet verstandig om deel te nemen aan het verkeer. Het zicht kan dan nog wazig zijn.

Bescherm uw oog

Wrijf de eerste twee weken na de operatie niet in het geopereerde oog.

Werken

Vraag advies aan uw bedrijfsarts of u direct uw werkzaamheden kunt doen.

Lichamelijke inspanning

Het advies is om de eerste week na de operatie niet te veel te bukken of zwaar te tillen, en intensieve lichamelijke inspanning te vermijden. U kunt zoveel lezen, televisiekijken en computeren als u wilt. In principe mag u gewoon sporten, zoals golfen en fietsen. Wij raden u aan om met fitness één week te wachten en daarna nog drie weken voorzichtig aan te doen.

Douchen/haren wassen

U mag gewoon douchen en uw haren wassen. Ogen daarna afdeppen, niet wrijven.

Make-up

Draag geen oogmake-up zolang u de oogdruppels Dexamethason en Nevanac nog gebruikt.

Op vakantie

U mag op vakantie, maar houdt rekening met de controleafspraak vier weken na de operatie.

Zwemmen/saunabezoek/Duiken

U mag vier weken niet zwemmen, duiken of een sauna bezoeken, in verband met bacteriën die in het oog kunnen komen.

Vliegen

U mag gewoon vliegen.

Mogelijke klachten

Een staaroperatie is één van de veiligste operaties. Bij meer dan 97% van de patiënten verlopen zowel de operatie als het herstel zonder problemen. Toch kan het zijn dat u te maken krijgt met één van onderstaande klachten. Als een klacht toeneemt, neem dan contact op met polikliniek oogheelkunde.

Wazig of verminderd zicht

De dag na de operatie kan het zicht nog wazig of verminderd zijn. Dit kan veroorzaakt worden door een tijdelijke zwelling van het oog of zelf in het oog. Het zicht zal zich meestal geleidelijk weer herstellen binnen drie maanden na de operatie. Het kan ook veroorzaakt worden door de brilsterkte die veranderd is. Als de klacht toeneemt, neem dan contact op met polikliniek oogheelkunde.

Roodheid, irritatie en branderig gevoel

Na de operatie kan het oog rood zijn. Ook wordt vaak een lichte irritatie of een gevoel van een zandkorreltje waargenomen. Dit wordt veroorzaakt door het wondje en is normaal. Tevens kan na het stoppen van de oogdruppels (Dexamethason en Nevanac) dezelfde klachten worden ervaren. Het oog voelt dan droger aan. De klachten zullen meestal geleidelijk herstellen binnen drie maanden na de operatie.

Indien u last heeft van bovenstaande klachten dan kunt u starten met de kunsttranen (gel) die u heeft meegekregen van de apotheek. Als de roodheid of de irritatie toeneemt, neem dan contact op met polikliniek oogheelkunde.

Pijnlijk oog en hoofdpijn

De dag en nacht na de operatie kan het geopereerde oog beurs aanvoelen. U mag paracetamol innemen volgens de aanwijzingen op de bijsluiter. Als de pijn of hoofdpijn toeneemt, neem dan zo snel mogelijk contact op met polikliniek oogheelkunde.

Schittering in het oog

Andere mensen kunnen bij u een schittering in uw oog zien. Dit komt doordat uw nieuwe lens invallend licht weerkaatst zoals een spiegel.

Lichtflitsjes in het oog

Na uw ingreep kunt u door invallend licht, lichtflitsje zien in het geopereerde oog. Binnen enkele dagen zal deze klacht verdwijnen. Als de lichtflitsjes toenemen, neem dan zo snel mogelijk contact op met polikliniek oogheelkunde.

Klachten die zeer zelden voorkomen**Pijn, roodheid én sterk verminderd zicht**

Na de operatie kan als gevolg van een bacterie een ontsteking in het oog ontstaan (endophthalmitis). Dit is een ernstige maar zeer zeldzame complicatie, die bij 0.1% van de staaroperaties voorkomt. Vaak gaat dit gepaard met hevige pijn, roodheid en sterk verminderd zicht. Als u te maken krijgt met deze klachten, neem dan zo snel mogelijk contact op met polikliniek oogheelkunde.

Met spoed contact opnemen

Als u last heeft van één of meer van de volgende klachten, binnen vier weken na de operatie, neemt u dan direct contact op met polikliniek oogheelkunde:

- Toenemende pijn en/of roodheid van het oog;
- Toenemend wazig zien;
- Plotselinge vermindering van het zicht;
- Het zien van meerdere zwarte vlekken, zwarte draden en/of lichtflitsen;
- Het stoten van het oog.

Tijdens kantooruren kunt u de polikliniek oogheelkunde bereiken via telefoonnummer (040) 888 63 60.

's Avonds of in het weekend belt u met de afdeling Spoedeisende Hulp (eerste hulp), op telefoonnummer (040) 888 88 11. Vraagt u dan naar de dienstdoende oogarts.