

Prendre soin de mon œil après une opération de la rétine



Vous pouvez jouer un rôle actif pour faciliter la guérison et éviter les complications. Cette fiche décrit les soins à apporter à votre œil et les précautions à prendre.

Quelles précautions prendre pendant les 24 heures après l'opération ?

- > À votre retour à la maison, buvez quelques gorgées d'eau. Si vous n'avez pas de nausées (mal au cœur) au cours des 30 minutes qui suivent, prenez un repas léger, comme un bouillon ou une soupe, avec un jus, un café ou un thé. Si vous le digérez bien, reprenez peu à peu une alimentation normale. Si vous avez des nausées, celles-ci devraient disparaître dans les 24 heures après l'opération.
- > Si vous ressentez de la douleur, prenez des Tylenol (une dose de 650 mg toutes les 4 heures, selon le besoin) ou un autre médicament antidouleur prescrit par votre médecin.
- > **Ne touchez pas au pansement et ne le mouillez pas.** Le chirurgien l'enlèvera le lendemain de l'opération lors de votre visite de suivi.

Quels soins devrai-je apporter ensuite à mon œil ?

Le lendemain de l'opération, vous devrez mettre des gouttes dans votre œil. Votre chirurgien vous expliquera comment faire. Voir le tableau page 2.

À quoi dois-je m'attendre au cours des jours suivant l'opération ?

Il est normal si au cours des 5 à 7 jours après l'opération :

- votre œil est rouge
- votre œil pleure
- votre paupière est enflée

Que dois-je faire pendant les prochains jours et les prochaines semaines pour protéger mon œil ?

- > Attendez 2 jours après l'opération avant de vous mouiller la tête ou vous laver les cheveux.
- > Pendant 1 semaine, portez une coquille protectrice sur votre œil durant la nuit.
- > Pendant 1 semaine ou selon l'avis du médecin, évitez de soulever des objets de plus de 7 kg (15 lb) soit un peu plus de 3 bouteilles de soda de 2 litres.
- > Pendant 2 semaines, pas de nage ou de spa.
- > Si vous prenez un jeune enfant dans vos bras, faites en sorte qu'il s'approche le moins possible de votre œil pour ne pas qu'il l'accroche. De plus, il est mieux de ne pas prendre d'animal dans vos bras pendant 1 mois après l'opération.
- > Conduite automobile : demandez l'avis de votre médecin avant de conduire de nouveau.

Quels soins apporter à mon œil si on y a introduit une bulle de gaz pendant l'opération?

Si c'est votre cas, le médecin vous en a informé. En plus des autres précautions, respectez les consignes suivantes :

> **Mettez votre tête dans la position indiquée par votre médecin**, le temps et le nombre de fois nécessaires :

> **Ne faites pas les choses suivantes sans l'accord de votre médecin :**

- vous coucher sur le dos
- prendre l'avion
- faire de la plongée sous-marine ou de la randonnée en montagne

Cette bulle de gaz affectera-t-elle ma vue?

Au début, vous verrez moins bien de loin. Il se peut que vous voyiez une ligne sombre. Cette ligne correspond au rebord de la bulle de gaz. Vous verrez mieux en regardant au-dessus de cette ligne.

La bulle pourra se séparer en plusieurs petites bulles avant de disparaître pour de bon.

Quand consulter mon médecin?

Appelez ou présentez-vous à la clinique d'ophtalmologie si vous avez :

- > des maux de tête ou une douleur à l'œil qui ne sont **pas soulagés** par le Tylenol ou qui durent ou reviennent plus de 48 heures après l'opération
- > des nausées qui durent plus de 24 heures après l'opération, avec ou sans vomissements

En dehors des heures d'ouverture de la clinique, présentez-vous à l'urgence.

À qui poser mes questions?

À la clinique d'ophtalmologie, du lundi au vendredi de 8 h à 16 h : 514 890-8278. En dehors des heures d'ouverture, demandez l'ophtalmologiste de garde : 514 890-8444.



Tableau pour la prise des gouttes

Nom des gouttes	Matin	Midi	Soir	Au coucher

Vous devez apporter vos gouttes pour les yeux et ce tableau à votre prochain rendez-vous avec votre médecin.



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal chumontreal.qc.ca