

CATARATA

Cuidados:

- Não apertar, nem coçar o olho operado;
- Ao lavar os olhos tenha cuidado para não comprimi-los de nenhuma forma;
- Ao lavar a cabeça feche os olhos e limpe com água, delicadamente;
- Usar curativo plástico (CEDIDO) ao dormir por 5 noites;
- Nunca apertar o olho no travesseiro por pelo menos 7 dias;
- Óculos escuro apenas para ambiente externo por 7 dias.

Evitar:

- Atividades sexuais por 3 dias;
- Caminhada por 7 dias;
- Carregar peso durante 7 dias;
- Maquiagem próxima aos olhos por 7 dias;
- Atividades que podem contaminar (ex. contato com terra, com animais, indústria, poluentes, etc) por 15 dias;
- Academia por 20 dias;
- Atividades na piscina ou mar por 30 dias.

É permitido

- Assistir televisão desde que esteja confortável;
- Ler e usar o computador desde que sinta apto;
- Abaixar a cabeça com movimento lento;
- Se alimentar normalmente;
- Ingerir bebida alcoólica moderadamente.

Sintomas iniciais previstos:

- Pequena vermelhidão ocular;
- Sensação de areia tolerável nos primeiros dois dias;
- Visão ligeiramente embaçada com melhora progressiva;
- Pálpebras um pouco fechadas;
- Dificuldade à leitura.

Procurar seu médico:

- Em caso de piora da visão;
- Em caso de dor ocular que persista mesmo com analgésico;
- Para qualquer dúvida que estas orientações não esclareçam.