

# **Instructies bij ontslag: staaroperatie controle op de polikliniek**

Maatschap Oogheelkunde IJsselland Ziekenhuis

*De patiënteninformatie over staar bestaat uit 2 delen:*

- In de folder “Staar – diagnose en operatie” wordt uitgelegd wat staar is en hoe de operatie verloopt; die folder heeft u vóór de operatie ontvangen.*
- De folder die u nu in handen heeft, bevat informatie over instructies en controles na de operatie en over mogelijke klachten.*

## **Na de operatie**

### **Instructies voor controle**

Op de dag na de operatie heeft u een controle op de polikliniek Oogheelkunde van het IJsselland Ziekenhuis bij oogarts ..... om ..... uur.

Om deze controle goed te laten verlopen, moet u op de dag na de operatie 's ochtends achtereenvolgens:

1. om 08.00 uur het kapje van uw geopereerde oog afhalen (het kapje bewaren);
2. het verbandje weggooien;
3. de huid rond uw oog voorzichtig schoonmaken met een tissue met water;
4. de eerste oogdruppel in uw geopereerde oog doen (zie de instructies op pag. 2/3).

Het is verstandig om een begeleider mee te nemen naar deze controle.

## Bescherming van uw oog

- Om uw oog te beschermen, adviseren wij u om **overdag** gedurende twee weken een **beschermbril** of **uw eigen (zonne)bril** te dragen.
- Het **kapje** (dat u de dag na de operatie van uw geopereerde oog afgehaald heeft) gebruikt u om gedurende twee weken **'s nachts** het oog te beschermen. Hierbij hoeft u geen nieuw gaasje tussen het kapje en het oog te doen.

## Oogdruppels

Na de operatie moet u gedurende 3 weken en 6 dagen oogdruppels (vaak dexamethason) gebruiken, volgens het volgende afbouwschema:

eerste 3 weken	3x per dag 1 druppel
daarna: gedurende 3 dagen	2x per dag 1 druppel
daarna: de laatste 3 dagen	1x per dag 1 druppel

Als u vóór de staaroperatie al oogdruppels gebruikte, dan moet u deze na de operatie gewoon blijven gebruiken. Open wel een nieuw flesje van alle oogdruppels vanwege de hygiëne.

## Instructies voor oogdruppelen

Als u op de juiste manier oogdruppels gebruikt, bevordert u de genezing van uw oog.

Volg de volgende stappen:

1. Was uw handen met zeep en droog ze goed af.
2. Ga zitten en neem het flesje oogdruppels in uw schrijfhand alsof u een pen vasthoudt.

3. Trek met de toppen van uw vingers van uw andere hand het onderste ooglid naar beneden, zodat een gootje ontstaat.
4. Buig uw hoofd achterover en kijk naar boven (richting wenkbrauw). Kunt u uw hoofd niet goed achterover buigen, ga dan liggen.
5. Zet uw hand met het flesje op de hand die het gootje maakt. Breng het flesje boven uw oog. Raak het oog, de oogleden en de wimpers niet met het flesje aan.
6. Knijp in het flesje en laat één druppel in het gootje vallen.
7. Sluit uw oog (niet knijpen).
8. U kunt weer rechtop zitten.
9. Vervolgens drukt u uw traanbuis dicht gedurende één minuut, door zachtjes net onder het kleine harde bobbeltje in de binnenhoek van uw oog (aan de neuskant) te drukken.
10. Was uw handen weer met zeep en droog ze af.

Wilt u meer weten over oogdruppelen of hulpmiddelen, dan kunt u terecht bij de medewerkers van de polikliniek Oogheelkunde. U kunt ook meer informatie vragen bij uw apotheek.

## **Bril**

- De sterkte van de geïmplanteerde kunstlens is bepalend voor de brilsterkte die na de operatie nodig is. U moet er dus rekening mee houden dat u na een staaroperatie toch een bril nodig kunt hebben om in de verte en/of dichtbij scherp te kunnen zien.

- Wij adviseren u de eerste 6 weken na de operatie uw **eigen bril** te dragen om uw oog te beschermen. Als dit storend is, bespreek dan met uw opticien de mogelijkheid van een tijdelijk glas.
- Vanaf 6 weken na de operatie kunt u een afspraak maken met een opticien om een **nieuwe bril** aan te laten meten. Als de oogarts reden ziet om dit uit te stellen, zal dit met u worden besproken.

## **De laatste controle**

Vier weken na de operatie vindt op de polikliniek Oogheelkunde van het IJsselland Ziekenhuis de laatste controle plaats door een optometrist of oogarts.

## **Mogelijke klachten**

Een staaroperatie is één van de veiligste operaties: bij meer dan 97% van de patiënten verlopen de operatie en het herstel zonder problemen. Toch kan het zijn dat u te maken krijgt met één van onderstaande klachten. Als u steeds meer last van één of meer klachten krijgt, neem dan contact op (contactgegevens: zie pagina 8).

### **Wazig of verminderd zicht – de dag na de operatie**

De dag na de operatie kan het zicht nog wazig of verminderd zijn. Mogelijke oorzaken:

- een tijdelijke zwelling van het oog;
- veranderde brilsterkte.

Dit herstelt meestal vanzelf de eerste week na de operatie.

Als u steeds waziger ziet, neemt u dan contact met ons op (contactgegevens: zie pagina 8).

### **Wazig zicht – langere tijd na de operatie**

Enkele maanden of jaren na een staaroperatie kunnen nieuwe troebelingen op het lenzakje ontstaan.

Deze ‘nastaar’ geeft wazig zicht en ontstaat bij 10% tot 30% van de patiënten. Nastaar kan met een pijnloze poliklinische laserbehandeling worden verwijderd. Als u last krijgt van wazig zicht, maak dan een afspraak bij de polikliniek Oogheelkunde van het IJsselland ziekenhuis (contactgegevens: zie pagina 8).

### **Pijn, roodheid en 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 na 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, moet u zo snel mogelijk contact met ons opnemen (contactgegevens: zie pagina 8).

### **Roodheid en irritatie**

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.

Als de roodheid of irritatie erger wordt, neem dan contact op met de polikliniek Oogheelkunde van het IJsselland Ziekenhuis (contactgegevens: zie pagina 8).

## **Pijnlijk oog en hoofdpijn**

De dag en nacht na de operatie kan het geopereerde oog beurs aanvoelen. U mag dan een pijnstiller innemen.

Als de pijn of hoofdpijn erger wordt, neem dan contact op met de polikliniek Oogheelkunde van het IJsselland Ziekenhuis (contactgegevens: zie pagina 8).

## **Veelgestelde vragen**

### **Bescherming van uw oog?**

Gedurende de eerste twee weken moet u ter bescherming overdag een bril dragen en 's nachts het kapje.

### **Druppelen?**

Om een ontsteking te voorkomen, moet u vanaf de eerste dag na de operatie starten met druppelen volgens het afbouwschema op pagina 2.

### **Inspanning?**

- Na de operatie mag u bukken en tillen, maar overmatige lichamelijke inspanning wordt zeker gedurende de eerste week afgeraden.
- U mag maximaal 20 kg tillen.
- U kunt zoveel lezen, televisie kijken en computeren als u wilt.

### **Wrijven in uw oog?**

U mag de eerste vier weken na de operatie niet wrijven in uw geopereerde oog.

## **Schittering in uw oog?**

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

## **Werken?**

U kunt gewoon werken na de operatie, tenzij u last heeft van pijn of verminderd gezichtsvermogen. Overleg in dat geval met uw oogarts.

## **Autorijden?**

U mag direct na de operatie niet zelf autorijden. Op de dag van de operatie hoort u van de oogarts of medewerker of u wel of niet mag autorijden tot de volgende controle.

## **Op vakantie?**

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

## **Sporten?**

- De meeste sporten, zoals golfen en fietsen, mag u gewoon uitoefenen. U moet dan de eerste twee weken na de operatie een bril opzetten om het oog te beschermen.
- Wij raden u aan om met fitness één week te wachten en daarna voorzichtig aan te doen tot vier weken na de operatie. U mag tillen tot maximaal 20 kg.
- Zwemmen of een bezoek aan de sauna wordt afgeraden tot en met vier weken na de operatie in verband met bacteriën die in het oog kunnen komen.

## Oogmake-up?

We raden u aan om pas vanaf één week na de operatie oogmake-up te gebruiken.

## Douchen/haren wassen?

U mag gewoon douchen en uw haren wassen.

## Wanneer met spoed contact opnemen?

Heeft u last van één of meer van de volgende klachten binnen vier weken na de operatie?

- toenemende **pijn en/of roodheid** van het oog;
- toenemend **wazig zien**;
- plotselinge **vermindering van het zicht**;
- een **vochtstroompje** uit het oog;
- een **pupil** die **niet rond** is;
- het zien van meerdere **zwarte vlekken, zwarte draden** en/of **lichtflitsen**.

Neem dan contact met ons op:

- Maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 16.15 uur:  
polikliniek Oogheelkunde IJsselland Ziekenhuis  
tel. **010 – 258 5960** (kies optie 2)
- Buiten kantoortijden en in het weekend:  
Oogziekenhuis Rotterdam  
tel. 010 – **401 7777**

## **Heeft u nog vragen?**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek

Oogheelkunde van het IJsselland ziekenhuis:

tel. **010 – 258 5960**.



*Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige heeft ontvangen. Heeft u nog vragen over het onderzoek of uw behandeling, eventuele gevolgen en risico's, of over andere behandelmogelijkheden, stel ze dan gerust.*



het oogzorgnetwerk  
the eye care network