

# Leefregels na een Cataract operatie

Deze folder geeft u informatie over instructies, controles en mogelijke klachten na de cataractoperatie.

## Leefregels

### • Druppelen

Gedurende 4 weken moet u dagelijks druppelen, 2 x daags uit beide flesjes 1 druppel met tussen pozen van 5 minuten. Er is geen voorkeur voor welke druppel u eerst doet. Voor oogdruppelinstructies kunt u kijken op [www.oogdruppelen.nl](http://www.oogdruppelen.nl)

### • Bescherm uw oog

Wrijf de eerste 2 weken niet in het geopereerde oog. Wij adviseren u om het beschermkapje de eerste nacht te dragen ter bescherming van uw oog. Als u het prettig vindt, kan dit de eerste week ook elke nacht.

### • Autorijden

Direct na de operatie mag u niet zelf autorijden. Overleg met uw arts wanneer u weer mag autorijden

### • Werken

U mag na de operatie gewoon weer gaan werken, tenzij u pijn heeft, minder ziet of als u zwaar lichamelijk werk doet. Overleg in dat geval met uw oogarts of bedrijfsarts

### • Lichamelijke inspanning

U mag bukken en tillen (tot twintig kilo) maar probeer dat de eerste dagen te vermijden. Vermijdt in de eerste week intensieve inspanning. U kunt zoveel lezen, televisie kijken en computeren als u wilt.

### • Douchen/haren wassen

U mag douchen en uw haren wassen.

Let er op dat er geen shampoo in uw oog komt. draag de eerste 2 weken geen make-up.

### • Zwemmen/ Sauna

U mag 4 weken niet zwemmen of een sauna bezoeken in verband met infectiegevaar

De eerste dagen na de operatie is de gezichtsscherpte nog niet optimaal. Soms is het nog wat "mistig". Iedere dag wordt het helderder.

Met het voorschrijven van een definitieve bril wordt minimaal 4 weken gewacht. De sterkte van het brillenglas kan in die periode nog wisselen. Het nog niet aangepaste brillenglas kan geen kwaad, u kunt eventueel het vensterglas of het glas er uit halen bij uw opticien.

U heeft een afspraak gekregen voor ongeveer 4 weken na de operatie, dan wordt uw brilsterkte aangepast.

Mocht u na de ingreep en voor de vervolgspraak met de optometrist klachten krijgen (bv. zwarte vlekken en flitsen, pijn of plotseling verslechterd zicht, stoten van het oog) neem dan contact op met de poli oogheelkunde.

**Telefoonnummer 0512 - 58 83 31**

Bij spoed en buiten kantoortijden kunt u de dienstdoende oogarts bereiken via de receptie van het ziekenhuis.

**Telefoonnummer 0512 - 58 88 88**