



Educación del paciente

Centro de Cirugía Ambulatoria



Después de su cirugía ocular

Instrucciones para el cuidado

Este folleto explica las instrucciones para el cuidado posterior a la cirugía ocular, incluyendo los pasos para ponerse las gotas o el ungüento en el ojo, consejos para ayudar a curarse y cuándo llamar al médico o a la enfermera, si es necesario.

El cuidado de sus ojos después de la cirugía

- Si estaba usando un protector ocular de metal mientras estaba en el hospital, es vital que proteja sus ojos de los golpes.
- Para ayudar a proteger sus ojos durante la noche y cuando duerma la siesta, póngase su protector sin la compresa.
- Durante el día, se puede quitar el protector y puede usar sus lentes para protección.

Qué esperar después de una cirugía ocular

- **Visión borrosa** – que mejorará con el tiempo. Su visión más clara llegará después de que los ojos hayan cicatrizado lo suficiente para recetar los nuevos lentes, al menos 1 mes después de la cirugía.
- **Sensación de rasguño** – como si algo estuviera en su ojo.
- **Sensibilidad** – a la luz brillante. Ayudará usar lentes para el sol.
- **Hinchazón leve** – que también podría incluir enrojecimiento de los ojos y los párpados.

Cuando usar gotas o ungüento para los ojos

NO use más de un medicamento para los ojos a la vez. Espere 5 minutos entre medicamentos. Si está usando tanto gotas como ungüento, use el ungüento después de las gotas.

Si se pone usted mismo(a) las gotas, podría ser más fácil si se recuesta. Pídale a un miembro de la familia o amigo que revise y vea si realmente el medicamento está entrando en el ojo. Podría ser útil un espejo si lo está haciendo solo(a).

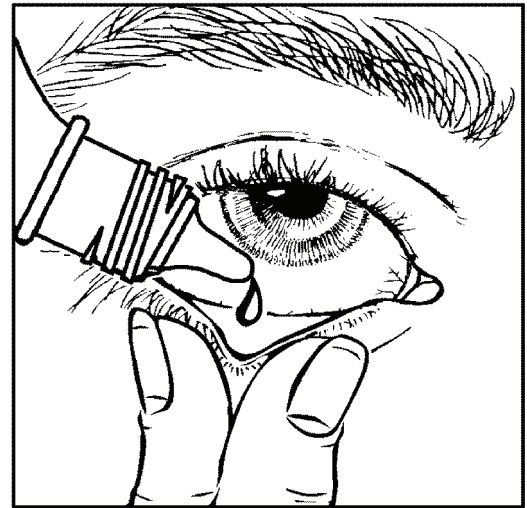
Siga estos pasos:

1. Lávese las manos con jabón y agua. Enjuáguelas y séquelas completamente.
2. Limpie el párpado muy suavemente usando una bolita limpia de algodón y agua tibia (no caliente) del grifo.

— NO permita que entre el agua del grifo dentro del ojo operado.

— NO presione su ojo operado ni el párpado superior.

3. Incline la cabeza hacia atrás y tire suavemente hacia abajo su párpado inferior para que se forme una bolsa. Sostenga el gotero directamente encima de su ojo, mire hacia arriba y deje caer una gota del medicamento dentro de la bolsa. No permita que la punta del gotero o del tubo de ungüento toque su ojo ni ninguna otra superficie.
4. Cierre su ojo durante 1 a 2 minutos para evitar que el medicamento se salga del ojo. NO se frote los ojos.



Ponerse gotas a los ojos.

Llame a su médico o enfermera si tiene:

- Algún principio repentino de dolor en el ojo.
- Aumento de la hinchazón, enrojecimiento o drenaje del ojo.
- Una disminución en la claridad de la visión en el ojo operado, comparada con su visión en el ojo operado el día que se le dio de alta del hospital.
- Náusea, vómitos o dolor del ojo (con o sin Dolores de cabeza), especialmente el día de la cirugía o los primeros días después de la cirugía. Si tiene alguno de estos síntomas, llame inmediatamente a su cirujano, ya que podrían estar relacionados con su cirugía.
- Temperatura de 101° F (38° C), escalofríos, erupción cutánea o tos.

Si se presentan algunos de estos síntomas:

- Llame al Centro Ocular al **206-598-4011** durante el día.
- O llame al operador del buscapersonas al **206-598-6190** y pregunte por el oftalmólogo de turno.
- Si no puede ponerse en contacto con el médico de turno, llame al Departamento de Emergencia del Centro Médico de la Universidad de Washington, al **206-598-4000**.

Siga estos consejos

Es importante que no haga nada que interfiera con la curación de su ojo. Algunas actividades podrían exigir demasiado a su ojo. Para proteger su ojo y estimular la curación, siga estos consejos:

Puede hacer lo siguiente:

- Volver a tomar cualquier medicamento que se le haya recetado antes de su operación, incluyendo aspirinas y anticoagulantes.
- Tomar duchas o baños. Está bien que se lave el cabello, pero evite que le entre champú o jabón en el ojo.
- Mirar televisión o leer. Estas actividades no dañarán su vista.
- Hacer las tareas livianas del hogar.
- Si tiene que levantar algo, doble las rodillas y mantenga la cabeza por encima de los hombros. Aprenda a atarse los cordones de los zapatos y a ponerse las medias sin agacharse.
- Volver a un empleo sedentario en el transcurso de 1 semana y a un empleo de trabajos físicos 1 mes después de la cirugía.
- Pídale a un miembro de la familia o a un amigo que le lleve a su cita al día siguiente de la cirugía.
- Tomar medicamentos sin receta médica. Infórmele a su médico si tiene problemas de tos, vómitos o estreñimiento.
- Participar en ejercicios moderados, tales como caminar.

¿Preguntas?

Llame al 206-598-0900

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o inquietudes, llame a su médico o proveedor de atención a la salud. El personal de la clínica de UWMC está también disponible para ayudarle en cualquier momento.

Centro de Cirugía
Ambulatoria:
206-598-0900

No puede hacer lo siguiente:

- Golpearse el ojo operado.
- Frotarse el ojo.
- Inclinar-se en dirección a sus pies.
- Esforzarse para intentar ponerse prendas difíciles o levantar o empujar objetos pesados.
- No levantar objetos que pesen más de 10 libras durante las primeras 3 a 4 semanas después de la cirugía.
- Participar en actividades extenuantes ni en deportes de contacto hasta que su médico le diga que está bien que reanude todas las actividades normales.

Sus visitas de seguimiento

Después de la cirugía, es importante que proteja su ojo, asista a sus citas de seguimiento programadas y siga todas las instrucciones de cuidado de su médico. Las visitas de seguimiento normalmente son obligatorias al día siguiente de su cirugía, una semana después de la cirugía y un mes después de la cirugía.

Cuidar su ojo después de la cirugía es crucial para la curación. Si tiene alguna pregunta acerca de su ojo o su cuidado, anótela para que pueda preguntar a su médico de esto en su próxima cita.

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Ambulatory Surgery Center
Box 354728
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-0900



After Your Eye Surgery

Care instructions

This handout explains care instructions to follow after eye surgery, including steps for putting in eye drops or ointment, tips to assist healing, and when to call the doctor or nurse, if needed.

Taking Care of Your Eye After Surgery

- If you were wearing a metal eye shield while you were in the hospital, it is vital to protect your eye from getting bumped.
- To help protect your eye during the night and when napping, wear your shield without an eye pad.
- During the day, your shield can be removed and you may use your glasses for protection.

What to Expect After Eye Surgery

- **Blurred vision** – that will improve with time. Your clearest vision will come after the eye has healed enough to prescribe new glasses, at least 1 month after surgery.
- **Scratchy feeling** – like something is in your eye.
- **Sensitivity** – to bright light. Wearing sunglasses will help.
- **Mild swelling** – that may also include redness of the eye and eyelids.

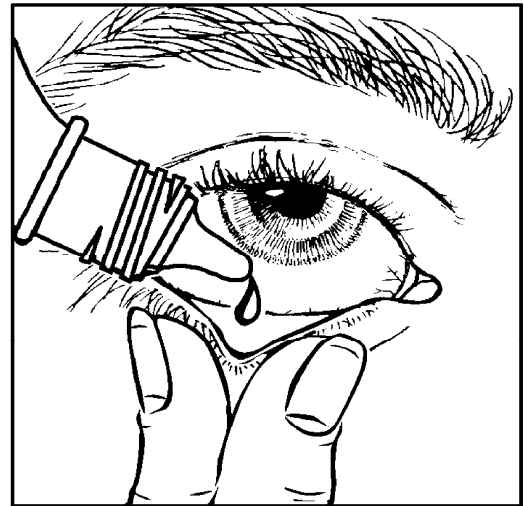
When Using Eye Drops or Ointment

DO NOT use more than one eye medicine at a time. Wait 5 minutes between medicines. If you are using both drops and ointment, use the ointment AFTER the drops.

If you put in your own drops, it may be easier to lie down. Ask a family member or friend to check and see if you are actually getting the eye medicine into your eye. A mirror may be helpful if you are doing this alone.

Follow these steps:

1. Wash your hands with soap and water. Rinse and dry thoroughly.
2. Clean the eyelid very gently using a clean cotton ball and warm (not hot) tap water.
 - DO NOT get tap water into the operated eye.
 - DO NOT press on your operated eye or the upper eyelid.
3. Tilt your head back and gently pull your lower eyelid down to form a sac. Hold the dropper directly above your eye, look up, and squeeze a drop of the medicine into the sac. DO NOT let the tip of the dropper or ointment tube touch your eye or any other surface.
4. Close your eye for 1 to 2 minutes to keep the medicine from draining out. DO NOT rub your eyes.



Applying eye drops.

Call Your Doctor or Nurse If You Have:

- Any sudden onset of eye pain.
- An increase in swelling, redness, or discharge from the eye.
- A decrease in the clearness of vision in the operated eye, as compared to your vision in the operated eye on the day of discharge from the hospital.
- Nausea, vomiting, or aching eye pain (with or without headaches), especially on the day of surgery or in the first several days after surgery. If you have any of these symptoms, call your surgeon right away since they may be related to your surgery.
- A temperature of 101° F (38° C), chills, rash, or cough.

If any of these symptoms occur:

- Call the Eye Center at **206-598-4011** during the day.
- Or call the paging operator at **206-598-6190** and ask for the ophthalmologist on call.
- If you cannot reach the doctor on call, call University of Washington Medical Center Emergency Department at **206-598-4000**.

Follow These Tips

It is important not to do anything that will interfere with the healing of your eye. Some activities might put too much strain on your eye. To protect your eye and promote healing, follow these tips:

Do:

- Resume taking any medicines prescribed to you before your operation, including aspirin and anticoagulants.
- Take showers or baths. It is OK to shampoo your hair, but avoid getting soap or shampoo in your eye.
- Watch television or read. These activities will not damage your eye.
- Do light household chores.
- If you must pick something up, bend your knees and keep your head above your shoulders. Learn to tie your shoelaces and put on your socks or stockings without bending over.
- Return to sedentary employment within 1 week and to manual labor employment 1 month after surgery.
- Ask a family member or friend to drive you to your appointment on the day after surgery.
- Take over-the-counter medicines. Tell your doctor if you have problems with coughing, vomiting, or constipation.
- Participate in gentle exercise, such as walking.

Questions?

Call 206-598-0900

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC clinic staff are also available to help at any time.

Ambulatory Surgery
Center:
206-598-0900

Do Not:

- Bump the operated eye.
- Rub your eye.
- Bend over in the direction of your feet.
- Strain by trying to pull on difficult garments or lifting or pushing heavy objects.
- Lift objects heavier than 10 pounds for the first 3 to 4 weeks after surgery.
- Participate in strenuous activities or contact sports until your doctor tells you it is OK to resume all normal activities.

Your Follow-up Visits

After surgery, it is important to protect your eye, keep your scheduled follow-up appointments, and follow all of your doctor's care instructions. Follow-up visits are usually required the day after surgery, a week after surgery, and a month after surgery.

Taking care of your eye after surgery is crucial to healing. If you have any questions about your eye or its care, write them down so you can ask your doctor about them at your next appointment.

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Ambulatory Surgery Center
Box 354728
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-0900