



ПАМЯТКА после операции по КАТАРАКТЕ

После операции на глазу вы обязаны **строго** следовать всем рекомендациям

КАК УМЫВАТЬСЯ после операции:

Для умывания: **АРГЕНСЕПТ** — медицинский спрей с наночастицами серебра (50 мл)

1. Обработка век и ресниц 1 месяц **ежедневно 3 раза** — утром, днём и вечером
2. Открыть глаза, моргать и **распылять спрей на веки, ресницы и на слизистую глаза**
3. Взять чистый **ватный диск** и аккуратно без давления протереть веки и ресницы

ЗАПРЕЩЕНО после операции в течение 1 месяца:

- **Заклеивать глаз** лейкопластырем, повязкой или полотенцем
- **Распаривать лицо** – посещение бани, сауны, горячего душа, горячей ванны
- **Купание** в бассейне, открытых водоемах – пруд, река, море
- Поднимать **тяжести более 10 кг**, особенно резко с натуживанием
- Делать работу связанную с **пылью или грязью** – ремонт, уборка, огород
- Повышенные **физические нагрузки** – бег, лыжи, зарядка, танцы
- Принимать любой **алкоголь** - пиво, вино, шампанское, водка, коньяк
- Пользоваться **косметикой** на лице – тушь, тени, крем вокруг глаз

МОЖНО после операции:

- **Спать** на любом боку, начиная с 3-х суток после операции
- Принимать **теплый душ** без распаривания тела и лица, не направлять в лицо
- **Мыть голову** – смывать шампунь, запрокинув голову назад
- **Наклоняться**, чтобы завязать шнурки, поднять что-то и т.п. без напряжения
- Разрешена любая мелкая бытовая работа без пыли, грязи и напряжения

ЗРИТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ после операции:

- **Можно СРАЗУ:** короткие зрительные нагрузки – мобильный телефон, новости
- **Нельзя 7 ДНЕЙ:** длительные зрительные нагрузки – компьютер, телевизор, чтение
- **Можно через 7 дней:** любые зрительные нагрузки, если нет дискомфорта в глазах

Что делать В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ:

Снизилось зрение? Сильно покраснел глаз? Появилась боль в глазу? Глаз загноился?
Немедленно обратитесь в клинику или в кабинет неотложной глазной помощи в вашем городе — работает круглосуточно!

Подбор ОЧКОВ в салоне ОПТИКИ

Очки для чтения (для дали) подбирать в оптике через **1 месяц** после операции