



.....

# Chirurgie de la cataracte

Soins et recommandations  
suite à votre chirurgie

.....

## Premier rendez-vous suite à la chirurgie



● Date: \_\_\_\_\_ aaaa/mm/jj \_\_\_\_\_

● Lieu: \_\_\_\_\_

- HSCO, pavillon Bazzini:  
5655, rue St-Zotique Est, rez-de-chaussée
- HMR, Centre de soins ambulatoires (CSA):  
5415, boul. de l'Assomption, rez-de-chaussée, aile bleue
- HMR, pavillon Rosemont : Clinique d'ophtalmologie générale
- 5689, boul. Rosemont
- Bureau privé : \_\_\_\_\_
- Heure : \_\_\_\_\_
- Médecin : \_\_\_\_\_

**Apportez vos bouteilles de gouttes,  
d'onguents et de médicaments prescrits lors  
de toutes vos visites postopératoires.**

.....

## Le suivi

- Le plus souvent le lendemain de votre chirurgie, vous reverrez l'ophtalmologiste. Vous aurez un autre rendez-vous la semaine suivante ou selon l'avis de votre ophtalmologiste.
- Ces rendez-vous seront de plus en plus espacés selon l'évolution postopératoire.

.....

## Hôpital Maisonneuve-Rosemont

- Si vous avez des formulaires à faire compléter, apportez-les au secrétariat (CSA, clinique externe, porte 85).

.....

## Hôpital Santa Cabrini Ospedale

- Si vous avez des formulaires à faire compléter, remettez-les directement à l'infirmière.

.....

## Quoi faire après la chirurgie

- Enlevez la coquille à aaaa/mm/jj.
- Si vous devez enlever la coquille et vous avez un pansement, jetez le pansement.
- Débutez les gouttes/onguent à aaaa/mm/jj.



.....

## Recommandations après la chirurgie

### Soins à l'œil opéré :

- Portez vos lunettes le jour et la coquille protectrice la nuit pendant une semaine.
- Ne mettez pas de pansement, mouchoir ou essuie-tout sur l'œil opéré.
- Si vous avez de la douleur, prenez du *Tyléno* (acétaminophène) 500 mg, 1 à 2 comprimés aux 6 heures.
- Ne frottez pas l'œil opéré.

### Position :

- Si une position vous a été recommandée, il est important de la respecter.
- Évitez de vous pencher loin vers le bas (la tête plus basse que le cœur). Pliez plutôt les genoux pendant une semaine.
- Évitez de lever des objets lourds (plus de 15 lbs ou 7 kg) pendant une semaine

.....

## Contaminants potentiels pour l'œil

- Évitez de manipuler de la terre, couper le gazon, jardiner, ramasser les feuilles ou pelleter la neige pendant deux semaines.
- Évitez de vidanger la litière à chats et de toucher les animaux pendant deux semaines.

.....

## Activités à risque pour l'oeil



- Les sports de contact et à risque de blessures oculaires sont à proscrire (badminton, racketball, golf, bowling) pendant un mois.
- La baignade en piscine et le spa sont à éviter pour deux semaines.

.....

## Activités permises

- Activités sexuelles modérées permises, mais éviter les efforts intenses pendant une semaine.
- Lire, regarder la télévision et utiliser un ordinateur sont permis.
- Pour assurer une protection physique et votre confort, portez vos lunettes ou verres fumés lors de vos sorties extérieures.

.....

## Soins cosmétiques/ lavage des cheveux



- Le lavage des cheveux est permis sous la douche après 24 heures (évitiez le savon au niveau de l'œil et de vous pencher vers l'avant).
- Pendant toute la durée de la mise des gouttes ophtalmiques, évitez :
  - de maquiller l'œil opéré;
  - d'appliquer de la crème ou des produits cosmétiques au pourtour des yeux.

.....

## Conduite automobile/ retour au travail



- Ne conduisez pas de véhicule motorisé si la vision est brouillée.
- Le retour au travail varie selon la nature de vos fonctions, l'environnement de travail et la vision de l'autre œil.
- Vous pourrez discuter avec votre ophtalmologiste lors d'une visite de suivi de votre conduite automobile et du retour au travail.

Ces recommandations seront modifiées selon l'évolution de votre condition.

.....

## Signes et symptômes normaux suite à la chirurgie

Votre vision peut être floue, un peu déformée avec des « halos » autour des lumières pendant un certain temps. Vous pouvez également avoir la sensation d’avoir un grain de sable dans votre œil. Ces impressions sont dues à l’application de gouttes ou parfois aux points de suture.

.....

## Signes de complications

- Apparition ou augmentation de la douleur à l’œil opéré non soulagée par la prise d’analgésique (*Tyléno*).
- Modification de la vision. Par exemple, une diminution de la vision.
- Apparition de sécrétions verdâtres et épaisses à l’œil opéré.
- Apparition ou augmentation d’une rougeur à l’œil opéré. Une légère rougeur dans les jours suivant la chirurgie peut être normale.

.....

## Comment nous joindre

- **Suivi à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont**

Si vous présentez des symptômes de complications, appelez au 514 252-3878 (puis faites le 1), entre 8 h et 15 h 30, du lundi au vendredi. En dehors des heures d'ouverture, appelez Info-Santé au 811 ou présentez-vous à l'urgence de HMR et mentionnez que vous avez subi une chirurgie oculaire.

- **Suivi à l'Hôpital Santa Cabrini Ospedale**

Présentez-vous à l'urgence de l'Hôpital Santa Cabrini et mentionnez que vous avez subi une chirurgie oculaire.

.....

## Comment appliquer les gouttes ophtalmiques



1. Lavez-vous les mains.
2. Regardez vers le haut.
3. Tirez la paupière inférieure vers le bas de manière à former un petit creux.
4. Pressez la bouteille et laissez tomber une goutte.  
Il faut attendre un minimum de cinq minutes entre chaque goutte au même œil.

**Attention :** Évitez tout contact de l'embout de la bouteille avec l'œil, les doigts ou toute surface, ce qui pourrait contaminer le contenu de la bouteille. À la fin du traitement ou après un mois, jetez les bouteilles. Les gouttes ne doivent servir que pour un œil seulement.



Au coucher						
Souper						
Dîner						
Matin						
Œil						







## CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

---

### Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption  
Montréal (Québec) H1T 2M4

 514 252-3400

### Hôpital Santa-Cabrini Ospedale

5655, rue St-Zotique Est  
Montréal (Québec) H1T 1P7

 514 252-6000

 [ciusss-estmtl.gouv.qc.ca](https://ciusss-estmtl.gouv.qc.ca)

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

 <https://biblio-hmr.ca/in/fr/ciup>

 [ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca)

Tous droits réservés

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, 2024

**CP-OPH-005**

---

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal**

**Québec** 