

¡Indicaciones después de mi cirugía de catarata!

Si se encuentra leyendo esta carta, es porque ya ha sido operado u operada de catarata, por lo tanto, se encontrará con el ojo operado parchado y se preguntará ¿ahora qué?.

Cada médico tiene sus preferencias para el tratamiento postquirúrgico, en mi caso, a continuación enlistare las indicaciones de mi predilección, explicadas con las preguntas más frecuentes de mis pacientes.

- **¿CUÁNDO INICIAR LAS GOTAS QUE ME RECETARON?**

- De rutina dejaremos dos gotas con la frecuencia descrita en su receta, una se trata de un antibiótico y la otra de un desinflamante, las cuales iniciara aproximadamente a las 10 horas posterior a la cirugía.
 - Cuando vaya a iniciar sus gotas, retirara de un lado el parche y con las manos limpias y recién lavadas abrirá su ojo, con la mirada hacia arriba, pondrá 1 gota de cada medicamento en el saco que se forma en el parpado inferior del ojo, si se trata de varias gotas, habrá que esperar 5 minutos entre gota y gota.
 - Al terminar de poner su medicamento tópico (es decir, las gotas) tendrá que volver a poner el parche.
- ¡OJO! EN ALGUNOS PACIENTES INDICO NO QUITAR EL PARCHÉ HASTA LA CONSULTA DE REVISIÓN (si ese es el caso, no iniciara las gotas hasta que yo retire el parche en consulta)

- **¿QUÉ PASA SI ME DUELE EL OJO?**

- En general los pacientes post operados de catarata, no presentan dolor importante después de la cirugía, sin embargo, el umbral de cada paciente es diferente y puede presentar una molestia normalmente unas cuantas horas después del procedimiento, en dicho caso, se puede tomar un AINE (Antinflamatorio no esteroideo) entre los ejemplos ibuprofeno, naproxeno o paracetamol cada 8 horas, ¡OJO! EN CASO DE SER ALERGICO A ESTOS MEDICAMENTOS NO PODRA TOMARLOS, si usted es diabético de larga evolución, es preferible usar Paracetamol 1 tableta cada 8 horas hasta la consulta.

- En caso de persistir el dolor, tendrá que comunicarse por teléfono para indicaciones individuales y precisas.

- **¿CÓMO DORMIR DESPUES DE MI CIRUGIA?**

- Mi recomendación es dormir en 45º es decir, semi acostado y de preferir dormir hacia un lado, que no sea del lado operado, es importante tener un lugar fresco y sin mucho polvo, esto para evitar contaminación de la herida.

- **¿ME PUEDO BAÑAR DESPUES DE LA CIRUGIA?**

- Es preferible esperar hasta el día de la revisión, que normalmente se realiza en las primeras 24 horas, de ser después por alguna característica especial, ¡si puede bañarse! evitando que el chorro de agua de la regadera caiga directamente sobre su ojo, y posteriormente lavarse suavemente la cara con los ojos cerrados con la espuma del jabón o shampoo.

- **¿QUÉ PUEDO COMER?**

- Posterior a la cirugía y después de un ayuno prolongado, es recomendable comer algo ligero y nutritivo, de manera que no se agregue un malestar estomacal, en caso de ser diabético o hipertenso, es indispensable seguir la dieta baja en grasas, sal y azucares.

- **¿PUEDO VER TELEVISION O LEER?**

- Con el ojo no parchado, si su capacidad lo permite, puede realizar dichas actividades, si ya se le indico el retiro del parche, puede ver la televisión o leer evitando periodos mayores a 30 min.

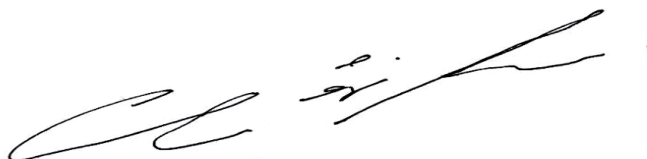
- **¿ME DEJARON PUNTO?**

- Siempre dejo como minimo un punto en la pequeña herida de 2.8 mm por la cual inserto el lente intraocular, esto es con el fin de evitar lo mas posible una infección, dicho punto lo retiro entre 1 a 2 semanas después, aunque puede durar más tiempo sin hacer daño.

- **IMPORTANTE**

- DATOS DE ALARMA (por los cuales tendrá que acudir a consulta a una revisión de urgencias)
 - Si después de las 48 horas baja la visión de forma brusca
 - Si existe secreción purulenta abundante.
 - Si el dolor se intensifica con los días
- LO ANTES DESCRITO SON LAS INDICACIONES GENERALES RESUELTAS EN FORMA DE PREGUNTAS MAS FRECUENTES, SI ES SU POSTOPERATORIO SE ESPECIFICARON OTRAS GOTAS O BIEN ALGUNA POSICION ESPECIAL, TENDRA QUE SEGUIR LAS INSTRUCCIONES AL PIE DE LA LETRA, YA QUE EL POSTOPERATORIO ES TAN IMPORTANTE COMO LA CIRUGIA MISMA.

Esta carta cumple un fin informativo y guía, en ningún momento sustituye las indicaciones precisas que se le dieron al momento de los informes posterior a la cirugía.



Atentamente Dr. Carlos Estrada