PROGRAM EDUKACYJNY DLA PACJENTÓW PO ZABIEGU ZAĆMY PROWADZONY W ZESPOLE ZAKŁADÓW OPIEKI ZDROWOTNEJ W OSTROWIE WIELKOPOLSKIM

1. Czym jest zaćma?
2. Czynniki ryzyka.
3. Objawy zaćmy.
4. Leczenie zaćmy.
5. Przygotowanie do zabiegu usunięcia zaćmy.
6. Postępowanie pooperacyjne.

1. CZYM JEST ZAĆMA?

Zaćma to zmętnienie lub przebarwienie soczewki.

2. CZYNNIKI RYZYKA:

- ekspozycja na czynniki środowiskowe
- palenie tytoniu
- promieniowanie UV
- podwyższony poziom cukru we krwi

- wiek (zazwyczaj dotyka osoby starsze)
- uraz oka
- zapalenie błony naczyniowej
- wysoka krótkowzroczność
- guzy wewnątrzgałkowe
- stosowanie leków miejscowo – przede wszystkim steroidowe krople do oczu

3. OBJAWY ZAĆMY:

- postępująca utrata ostrości wzroku
- pogorszenie stopnia widzenia w nocy
- zaburzenia widzenia do bliży
- rozproszenie światła
- zaburzenia widzenia kontrastu
- przesunięcie w kierunku krótkowzroczności

4. LECZENIE:

Zaćma jest chorobą uleczalną, jednak jedynym sposobem jej wyleczenia jest leczenie operacyjne w oddziale. W zdecydowanej większości zabieg usunięcia zaćmy przeprowadzany jest w znieczuleniu miejscowym. Znieczulenie ogólne zazwyczaj stosowane jest u dzieci, pacjentów upośledzonych umysłowo, otępiałych, z padaczką oraz drżeniem głowy.

5. PRZYGOTOWANIE DO ZABIEGU USUNIĘCIA ZAĆMY:

W okresie poprzedzający, operację (w tym również w dniu zabiegu) pacjent przyjmuje wszystkie leki, które stosuje na stałe.

W dniu zabiegu posiłki należy spożywać o zwykłych porach (nie trzeba być na czczo).

Zgłaszając się na zabieg należy zabrać dowód osobisty oraz obuwie zmienne (domowe).

6. POSTĘPOWANIE POOPERACYJNE:

Zgodnie z aktualną wiedzą medyczną, przez okres 1-2 tygodni po operacji usunięcia zaćmy metodą fakoemulsyfikacji, należy unikać jedynie bardzo ciężkiego wysiłku fizycznego, takiego jak podnoszenie ciężarów czy ćwiczenia na siłowni. Przez około 6 tygodni po zabiegu nie należy chodzić na basen i do sauny. Nie należy też uciskać

czy pocierać operowanego oka. Nie ma natomiast żadnych przeciwwskazań do podjęcia normalnej codziennej aktywności. Praktycznie zaraz po operacji można myć twarz, włosy, spać w dowolnej pozycji, czytać, pracować przy komputerze, schylać się.

Na końcu opracowania:

Opracowała: mgr Hanna Kubik Pielęgniarka Oddziałowa Oddziału Okulistycznego w Zespole Zakładów Opieki Zdrowotnej w Ostrowie Wielkopolskim, dn. 12.05.2025r.

Zaktualizowano 03.02.2026r.