

# INFORMATIONS SUR LA CHIRURGIE DE LA CATARACTE



**FEUILLET D'ENSEIGNEMENT À L'USAGER**

Vous allez avoir une chirurgie de la cataracte, car vous avez une opacification du cristallin (la lentille naturelle de l'œil). Cela altère votre vision au point d'affecter vos activités quotidiennes. La chirurgie est la seule option pour y remédier. Si vous décidez de ne pas recourir à la chirurgie, votre vision continuera de se détériorer. Cette chirurgie ne corrige pas d'autres causes de baisse de la vision comme le glaucome, la dégénérescence maculaire ou le diabète. Ce feuillet d'enseignement vous permettra d'être mieux informé. Vous y trouverez certaines réponses à vos questions.

### ■ En quoi consiste cette chirurgie?

- Elle consiste à retirer la cataracte de l'œil. Celle-ci sera brisée en fragments et aspirée par une petite incision qui est la plupart du temps autoscellante et qui nécessite rarement des points de suture (technique phacoémulsification).
- Une fois la cataracte retirée, une nouvelle lentille artificielle (lentille intraoculaire) sera implantée de façon permanente à l'intérieur de l'œil.
- Une anesthésie locale sera effectuée au moment de la chirurgie, sous forme de gouttes ou d'onguent. Une injection anesthésiante peut aussi être utilisée.
- Vous ne serez pas endormi pour la chirurgie; vous pourrez manger et prendre vos médicaments comme à l'habitude le matin de la chirurgie.

### ■ Quelle est la durée de la chirurgie?

- La chirurgie est d'une durée d'environ 15 minutes.

### ■ Quelles sont les complications possibles?

- Comme toutes les interventions ou procédures faites, celle-ci comporte des risques et peut engendrer des complications ou des résultats inefficaces.

Voici certaines complications possibles :

### **Complications légères (rares)**

- Saignement du blanc de l'œil (conjonctive) ou de la paupière
- Sensibilité accrue à la lumière et présence de halos
- Inflammation accrue à l'intérieur de l'œil
- Augmentation de la pression intraoculaire (à l'intérieur de l'œil)
- Besoin accru de lunettes après la chirurgie (surprise réfractive)
- Vision double
- Paupière tombante

### **Complications sévères (très rares)**

- Saignement du fond de l'œil (rétine ou choroïde)
- Infection à l'intérieur de l'œil
- Rupture du support naturel de la lentille (capsule)
- Enflure de la cornée ou de la rétine
- Décollement de la rétine
- Perte de vision
- Déplacement de la lentille artificielle
- Déformation pupillaire
- Extraction incomplète de la cataracte

## **Que devez-vous faire pour vous préparer?**

- Évitez de porter des lentilles cornéennes 3 jours avant la chirurgie.
- Commencez à mettre les gouttes prescrites 3 jours avant la chirurgie dans l'œil à opérer, si indiqué par le chirurgien préalablement.
- Continuez l'application des gouttes pour le traitement du glaucome, à moins d'indication contraire de la part de l'ophtalmologiste. Par contre, vous devez utiliser des bouteilles neuves.
- Faites préparer la liste de vos médicaments par le pharmacien (profil pharmaceutique). Vous devrez la remettre à l'infirmière avant la chirurgie.

## Méthodes d'application des gouttes ophtalmiques

1. Lavez-vous les mains.
2. Agitez la bouteille avant l'application de la goutte.
3. Regardez vers le haut.
4. Tirez la paupière inférieure vers le bas de manière à former un petit creux entre la paupière et l'œil.
5. Pressez la bouteille et laissez tomber une goutte dans le petit creux de l'œil.
6. Attendez un minimum de 5 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 1 mois, jetez-les. Les bouteilles ouvertes doivent être utilisées que pour un seul œil. Dans le cas où vos deux yeux sont opérés, vous devrez utiliser une bouteille différente pour chaque œil.



## Que devez-vous faire le jour de la chirurgie?

- Téléphonnez pour signaler toute condition qui pourrait nuire au bon fonctionnement de la chirurgie (ex. : toux, rougeur des yeux, orgelet à la paupière). Un membre de l'équipe vous rappellera pour vous donner une autre date de chirurgie.
- Prévoyez un accompagnateur, car vous ne pourrez pas conduire votre véhicule la journée de la chirurgie.
- Prévoyez rester à l'hôpital entre 2 et 3 heures.
- Portez des vêtements confortables et faciles à enlever.
- Prenez un déjeuner léger.
- Prenez vos médicaments comme à l'habitude, même ceux pour éclaircir le sang, sauf si avis contraire de l'ophtalmologiste.
- Mettez vos gouttes pour les yeux, si prescrites et demandées par l'ophtalmologiste.
- Évitez le maquillage, la crème et les soins du visage.
- Retirez les boucles d'oreilles.
- Apportez une collation, surtout si vous êtes diabétique.

## ■ Comment soulager la douleur et les autres symptômes APRÈS la chirurgie?

- Il est normal de ressentir une sensation de démangeaison ou de « grains de sable » dans l'œil après l'opération. L'utilisation de larmes artificielles de 4 à 6 fois par jour peut soulager l'inconfort. (Toujours avec une bouteille neuve, que vous n'utiliserez que pour l'œil opéré).

**Attention :** Veuillez attendre 30 minutes après l'application des médicaments en goutte pour appliquer les larmes artificielles.

- Si vous avez mal à la tête après la chirurgie, vous pouvez prendre des comprimés d'acétaminophène (Tyléno<sup>MD</sup>).
- Évitez de mettre des pansements, mouchoirs ou essuie-tout sur l'œil opéré. Gardez seulement la coquille reçue après la chirurgie comme protection oculaire.

## ■ Y a-t-il des précautions à prendre et des symptômes à surveiller après la chirurgie?

### Plaie

- Vous recevrez une coquille protectrice après la chirurgie. Il est nécessaire de la porter lorsque vous dormez, et ce, durant les 7 nuits qui suivent la chirurgie.
- Afin d'éviter de frotter vos yeux en journée, le port de la coquille protectrice et de vos lunettes est recommandé.

### Agrafes et points

- La mise en place de points de suture est rare lors de l'intervention. Si tel est le cas, ceux-ci seront enlevés facilement en clinique externe par le chirurgien.

### Marche et exercice physique

- Il est important de rester tranquille et de se reposer le lendemain de la chirurgie.
- La marche est permise suivant l'intervention.
- Ne penchez pas la tête plus basse que le cœur pour 1 semaine.

- Ne pas soulever de poids de plus de 20 lb pour 1 semaine.
- Les activités sexuelles modérées sont permises, mais éviter les efforts intenses pour 1 semaine.
- Les sports de contact et à risque de blessures oculaires sont à proscrire (ex. : badminton, racquetball) pour 1 mois.
- La baignade en piscine et le spa sont à éviter pour 1 mois.

**Note :** Pour toutes questions concernant la reprise d'activités particulières, informez-vous auprès de l'ophtalmologiste.

### Douche et bain

- Évitez de mouiller votre visage et gardez le jet d'eau sous les épaules pour 1 semaine.
- Nettoyez votre visage avec une débarbouillette propre bien essorée en gardant l'œil opéré fermé.
- Lavez-vous les cheveux la tête vers l'arrière en évitant d'avoir de l'eau qui coule sur votre visage.

### Conduite automobile

- Évitez de conduire pour un minimum de 48 heures.
- Évitez de conduire et attendez l'accord de l'ophtalmologiste avant de reprendre la conduite automobile, si votre vision est brouillée ou vous vous sentez déséquilibré.

### Lunettes

- Pour votre confort, il est recommandé de porter des lunettes de soleil après la chirurgie, surtout si vous êtes sensible à la lumière.
- Vos lunettes de vue doivent être changées 4 à 6 semaines après la chirurgie du deuxième œil. Prenez rendez-vous avec l'optométriste.
- Des lunettes de lecture peuvent vous aider temporairement. Parlez-en à l'optométriste.
- Entre temps, vous pouvez faire retirer le verre de votre monture actuelle du côté de l'œil opéré ou vous pouvez porter vos anciennes lunettes selon votre confort.

## Autres

- Normalement, vous aurez une excellente vision le lendemain, mais il est possible que cela prenne quelques jours à se rétablir.
- Vous pouvez vaquer à vos occupations quotidiennes normales, telles que lire, regarder la télévision, cuisiner, etc.
- Évitez de manipuler de la terre, couper le gazon, jardiner, ramasser les feuilles ou pelleter la neige pendant 2 semaines.
- Évitez de vidanger la litière d'un animal et de toucher les animaux pendant 2 semaines.

## **Résumé des recommandations**

### **Recommandations à la suite de la chirurgie de la cataracte**

- Soyez vigilant dans vos déplacements et dans vos activités; vous pouvez vous blesser en évaluant mal les obstacles.
- Protégez votre œil avec la coquille ou des lunettes durant les 7 premières nuits.
- Utilisez des bouteilles de gouttes neuves et suivez la prescription jusqu'à la fin.
- Lavez-vous les mains fréquemment et évitez de toucher votre œil opéré.

### **Restrictions suivant la chirurgie de la cataracte**

- Évitez de peser, appliquez une pression, frottez et plissez fortement vos paupières (environ 1 mois).
- Évitez les activités à risque d'impact (environ 1 mois).
- Évitez de tousser et de vous moucher fortement (environ 1 mois).
- Évitez d'exposer vos yeux à la poussière, à l'eau ou à toute substance risquant de contaminer vos yeux (environ 1 mois).
- Évitez de maquiller vos paupières suivant la chirurgie (environ 1 mois).
- Ne pas travailler dans la terre ou le jardin (environ 2 semaines).
- Ne prenez pas d'animaux dans vos bras et ne changez pas la litière (environ 2 semaines).

## ■ Rendez-vous à la suite de la chirurgie?

- Toutes les visites postopératoires sont **obligatoires**.
- À chacune des visites postopératoires, veuillez apporter vos bouteilles de gouttes et votre liste de médicaments.
- Un ophtalmologiste doit vous revoir le lendemain de votre chirurgie et vous devez être accompagné.
- Selon l'entente avec votre ophtalmologiste, une 2<sup>e</sup> visite est **obligatoire** 1 à 2 semaines suivant la chirurgie, soit avec votre ophtalmologiste ou votre optométriste.

<b>1<sup>re</sup> visite</b> Le lendemain de la chirurgie	<b>Clinique externe d’ophtalmologie  de l’Hôpital régional de Saint-Jérôme</b> <input type="checkbox"/> Pavillon Rosaire-Lapointe 190, rue Saint-Marc Saint-Jérôme (Qc) J7Z 2V8
	<b>Clinique d’ophtalmologie de Saint-Jérôme</b> <input type="checkbox"/> Bureau 203 305, rue du Docteur-Charles-Léonard Saint-Jérôme (Qc) J7Z 5H9
	<b>Centre de services ambulatoires de Boisbriand</b> <input type="checkbox"/> 4800, rue Ambroise-Lafortune Boisbriand (Qc) J7E 4H5
	<b>Clinique externe d’ophtalmologie de l’Hôpital Laurentien</b> <input type="checkbox"/> Située au rez-de-chaussée (RC) 234, rue Saint-Vincent Sainte-Agathe-des-Monts (Qc) J8C 2B5
	<input type="checkbox"/> Autre : _____
<b>2<sup>e</sup> visite</b>	Chez l’optométriste, 1 à 2 semaines après la chirurgie, à moins d’avis contraire de l’ophtalmologiste
<b>3<sup>e</sup> visite</b>	Chez l’optométriste, de 4 à 6 semaines après la chirurgie

## ■ Informations à noter

Premier œil opéré : <input type="checkbox"/> Gauche <input type="checkbox"/> Droit			Deuxième œil opéré : <input type="checkbox"/> Gauche <input type="checkbox"/> Droit		
Date de la 1 <sup>re</sup> chirurgie : _____			Date de la 2 <sup>e</sup> chirurgie : _____		
Suivi après chirurgie	Date <i>(aaaa/mm/jj)</i>	Heure <i>(hh : mm)</i>	Suivi après chirurgie	Date <i>(aaaa/mm/jj)</i>	Heure <i>(hh : mm)</i>
1 <sup>er</sup> rendez-vous	_____	_____	1 <sup>er</sup> rendez-vous	_____	_____
2 <sup>e</sup> rendez-vous	_____	_____	2 <sup>e</sup> rendez-vous	_____	_____
3 <sup>e</sup> rendez-vous	_____	_____	3 <sup>e</sup> rendez-vous	_____	_____

**Nom de l'ophtalmologiste ayant fait la chirurgie**

Dr \_\_\_\_\_

Dr \_\_\_\_\_

## ■ Quand devez-vous consulter en urgence?

- Douleur sévère au niveau de l'œil opéré
- Augmentation de la rougeur
- Diminution de votre vision
- Maux de tête importants

## ■ Qui devez-vous consulter en cas d'urgence?

**Veillez appeler Info-Santé au 811 - Disponible 24h/24**

**OU**

**Allez à l'urgence de votre hôpital et avisez l'urgentologue  
que vous avez eu une chirurgie à l'œil récemment**

***Bon séjour parmi nous et bonne convalescence!***

[www.santelaurentides.gouv.qc.ca](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca)

**Hôpital de Mont-Laurier : 819 623-1234**

2561, chemin de la Lièvre sud, Mont-Laurier (QC) J9L 3G3

**Hôpital de Saint-Eustache : 1 888 234-3837**

520, boul. Arthur-Sauvé, Saint-Eustache (QC) J7R 5B1

**Hôpital Laurentien : 1 855 766-6387**

234, rue Saint-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts (QC) J8C 2B8

**Hôpital régional de Saint-Jérôme : 1 866 963-2777**

290, rue De Montigny, Saint-Jérôme (QC) J7Z 5T3

**Hôpital d'Argenteuil. : 450 562-3761**

**Centre multiservices**

**de santé et de services sociaux d'Argenteuil**

145, avenue de la Providence, Lachute (Qc) J8H 4C7

## Références

- Centre de littératie en santé, CHUM (2018), « Traiter une cataracte par une opération », consulté le 28 décembre 2020, <https://www.chumontreal.qc.ca/sites/default/files/2018-11/473-1-traiter-une-cataracte-par-une-operation.pdf>
- CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, Hôpital Maisonneuve-Rosemont (2016), « Chirurgie de la cataracte, soins et recommandations suite à votre chirurgie », consulté le 28 décembre 2020, <https://biblio.hmr.qc.ca/in/ciup/faces/details.xhtml;jsessionid=6801E3B34C517CE826088E7E4EFDE1B9?id=h::b49f93db-6c79-4f05-a1a5-b6399aa21031>
- Direction des soins infirmiers, CHU de Québec, Université Laval (2018), « Guide d'enseignement, Cataracte : Recommandation après votre chirurgie », consulté le 28 décembre 2020, [https://www.chudequebec.ca/getmedia/fe34e3c2-170b-4acf-bcb5-257cbe78db7a/823\\_13\\_005\\_Cataracte\\_reenseignements\\_postoperatoires.aspx](https://www.chudequebec.ca/getmedia/fe34e3c2-170b-4acf-bcb5-257cbe78db7a/823_13_005_Cataracte_reenseignements_postoperatoires.aspx)
- Direction des soins infirmiers, CHU de Québec, Université Laval (2017), « Guide d'enseignement, Chirurgie d'un jour, informations générales avant et après la chirurgie », consulté le 28 décembre 2020, [https://www.chudequebec.ca/getmedia/80c01b3a-1c6c-4a13-ae77-4f807626de49/823\\_01\\_002\\_Chirurgie\\_1\\_jour\\_Avant\\_et\\_Apres\\_PDF.aspx](https://www.chudequebec.ca/getmedia/80c01b3a-1c6c-4a13-ae77-4f807626de49/823_01_002_Chirurgie_1_jour_Avant_et_Apres_PDF.aspx)