

Одним из самых распространенных глазных заболеваний в Республике Беларусь является **катаракта**. Именно она служит причиной снижения зрения более чем у половины населения страны старше 60 лет.

Основным методом лечения катаракты и восстановления зрения в настоящее время является **хирургический** – удаление помутневшего хрусталика с помощью **факоэмульсификации катаракты** (дробление хрусталика ультразвуком или струёй жидкости). Ежегодно в столице государственными учреждениями проводится более шести тысяч операций по удалению катаракты, в том числе свыше пяти тысяч высоко-технологичным методом факоэмульсификации.

Преимущество удаления катаракты вышеназванным способом состоит прежде всего в том, что:

- ☀️ такая операция, проводимая через разрез менее 2,7 мм, - малотравматична;
- ☀️ при имплантации мягкой интраокулярной линзы не требуется наложения швов, микропорез роговицы самогерметизируется;
- ☀️ при имплантации жесткой линзы разрез роговицы приходится расширять до 5-5,5 мм, что требует последующего наложения швов на роговицу, которые снимаются через 2-4 месяца после операции.

Особенности послеоперационного периода

Благодаря достижениям современной хирургии катаракты, период выздоровления весьма недолгий.

Послеоперационный период длится 3-4 недели. В первые дни после операции может наблюдаться повышенная чувствительность оперированного глаза, незначительные рези и покалывания в оперированном глазу. Вы можете увидеть блики и появление светящихся колец вокруг источников света, фар автомобиля. Это нормально; с течением времени неприятные ощущения в глазу и зрительный дискомфорт уменьшатся и полностью исчезнут.

От чего зависит зрение после операции?

Зрение зависит от исходного состояния глаза. Есть заболевания и состояния, которые снижают прогноз на **получение высокого зрения после операции**: глаукома, сахарный диабет, дистрофия сетчатки, высокая близорукость, помутнение роговицы. Однако это не означает, что в таких случаях не следует оперировать катаракту. Надежда на улучшение зрения есть всегда.

Нужны ли очки?

При отсутствии сопутствующей патологии зрение улучшится уже в первые дни после операции. Искусственный хрусталик, который вам имплантирован, позволяет хорошо видеть либо вдаль, либо вблизи. При хорошем зрении вдаль понадобятся очки для чтения. И наоборот, если вы будете хорошо видеть на близком расстоянии, очками придется пользоваться при просмотре телепередач, вождении машины. Если вы выбрали мультифокусную линзу Рестор, очки, скорее всего, вам совсем не понадобятся. Окончательно зрение оперированного глаза устанавливается через 1-2 месяца после операции, поэтому очки рекомендуется подбирать не ранее, чем через месяц после операции.

Рекомендации пациенту после операции

Быстрое выздоровление и восстановление зрения во многом зависит от самого больного и четкого выполнения им всех рекомендаций и предписаний лечащего врача.

К ним относятся:

➤ Глазные капли.

На время, пока глаз будет заживать после операции, назначаются глазные капли. Обычно назначают 2 вида капель: антибиотик (тобрамицин,

офлоксацин, левофлоксацин и др.) и кортикостероиды (дексаметазон, флюкон). Удобнее закапывать капли в положении лежа. Слегка оттянув нижнее веко, закапайте 1-2 капли и закройте глаза. Через 2-3 минуты можно закапать другие капли. Во избежание инфицирования, не прикасайтесь пипеткой к оперированному глазу. Глазные капли, рекомендованные врачом, необходимо закапывать самостоя-



тельно по схеме: первую неделю после операции 4 раза в день, затем 3 раза в день одну неделю, 2 раза в день одну неделю и 1 раз в день - одну неделю. Через месяц закапывание противовоспалительных капель можно прекратить.

В дальнейшем не реже одного раза в год измерять внутриглазное давление и посещать врача-офтальмолога в поликлинике.

При наличии у Вас сопутствующей глаукомы, необходимо продолжать закапывать капли от глаукомы, которые применяли до операции, с обязательным контролем внутриглазного давления под наблюдением врача поликлиники по месту жительства.



■ Чего следует избегать после операции по поводу катаракты?

- ☀️ В течение 2-х месяцев после операции по удалению катаракты **оберегать** глаза от чрезмерного напряжения, избегать резких наклонов и поднятия тяжестей
- ☀️ **Не тереть** глаз носовым платком и руками, не надавливать на веки в течение первых двух недель после операции.
- ☀️ **Голову можно мыть** через 4-5 дней после операции. Принимая душ, ванну, заклеивать пластырем оперированный глаз в течение 1-2 недель после операции.
- ☀️ **Спать на стороне оперированного глаза** можно, начиная с 3-4 дня после операции, нельзя спать на животе.
- ☀️ **Противопоказаны** занятия силовыми видами спорта, борьбой, прыжками в воду.
- ☀️ **Оберегать** глаз от ударов и механических воздействий.
- ☀️ **Противопоказан труд** в наклонном положении в течение первого месяца после операции.
- ☀️ **Не водить машину**, пока глаз полностью не заживет.
- ☀️ **Избегать переохлаждений, простудных заболеваний.**
- ☀️ **Первые 2-3 недели**, гуляя на улице, накладывать повязку на глаз, чтобы защитить глаз от повреждений и яркого света. Удобнее использовать одноразовую повязку на глаз, которая продается в аптеке. Однако можно использовать и просто марлевую салфетку, фиксируя ее к коже пластырем, наклеенным по диагонали. При ярком солнце рекомендуется пользоваться солнцезащитными очками.
- ☀️ **При просмотре телевизора** или чтении делать частые перерывы.
- ☀️ **Нельзя посещать бассейн и баню** в течение 4-5 недель после операции.
- ☀️ **Ограничить прием алкоголя.**



При внезапном снижении зрения, появлении болей в оперированном глазу необходимо немедленно обратиться к офтальмологу по месту жительства.

■ Когда можно начинать работу после операции?

Все зависит от вида профессиональной деятельности. В теплом помещении, с компьютером, книгами можно работать уже через 2-3 недели. Если работа связана с



экстремальными нагрузками, на открытом воздухе, то рекомендуют возобновлять ее не менее, чем через месяц. Легкую работу по дому можно выполнять сразу же после выписки из стационара.

Возможные послеоперационные осложнения

Более чем у 98% пациентов после операции период заживления протекает спокойно, зрение улучшается, если не было никаких сопутствующих глазных заболеваний.

В то же время, в случае пренебрежения вышеуказанными рекомендациями или по другим причинам, очень редко, но возможны различные осложнения, приводящие, порой, к тяжелым последствиям.

☀ **Внутриглазное воспаление** проявляется покраснением глаза, ухудшением зрения, появлением боли в оперированном глазу. В этих случаях необходимо немедленно обратиться к врачу-офтальмологу.

☀ **Послеоперационный астигматизм** – нарушение равномерной кривизны роговицы, приводящее к искажению зрения; астигматизм может развиваться после операции из-за воспаления тканей или слишком тугих швов. Обычно послеоперационный астигматизм уменьшается или полностью проходит после снятия швов с роговицы.

☀ **Внутриглазное кровоизлияние** - происходит оно довольно редко, так как микроразрезы делаются на роговице, не содержащей сосудов. Кровотечение же из сосудистой оболочки глаза - редкое, но серьезное осложнение, которое может стать причиной полной потери зрения.

☀ **Вторичная глаукома** - повышение внутриглазного давления. Обычно повышение внутриглазного давления является временным и может быть вызвано воспалением, кровотечением или другими факторами.

☀ **Воспаление желтого пятна сетчатки** - случается иногда через 1-3 месяца после операции по удалению катаракты. Такое состояние, называемое кистозным отеком макулы, характеризуется ухудшением центрального зрения и требует назначения медикаментозного лечения.

Всем, кто перенес операцию по удалению катаракты, надо помнить, что точное соблюдение предписаний врача сократит период реабилитации, поможет избежать осложнений, ускорит заживление глаза и восстановление зрения.

Автор:

Дулуб Л.В., зав. офтальмологическим отделением 3 ГКБ, главный внештатный офтальмолог комитета по здравоохранению Мингорисполкома, к. м. н.

Редактор:

Арский Ю.М.

Компьютерная верстка и оформление:

Згирская И.А.

Ответственный за выпуск:

Кавриго С.В.

Комитет по здравоохранению Мингорисполкома
УЗ «3-я городская клиническая больница им. Е.В. Клумова»
Городской Центр здоровья

Катаракта удалена - что дальше?..

(рекомендации пациентам)



Минск