



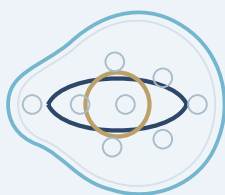
Cirurgia de glaucoma

Cuidados após a intervenção

Proteger o olho, cumprir a medicação e vigiar a recuperação.

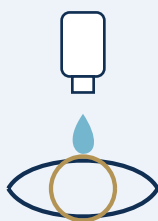
Dr. Nuno Lopes | Oftalmologia

Este guia reúne cuidados após trabeculectomia, esclerectomia profunda ou implantes de drenagem. As recomendações concretas dependem da técnica e da evolução de cada olho.



Proteger o olho

ESQUEMA ILUSTRATIVO · SEM ESCALA



Aplicar os colírios



Cumprir as consultas

O que pode sentir?

É possível sentir desconforto ligeiro, irritação e visão menos nítida nos primeiros dias. A recuperação é gradual e variável; o objetivo da cirurgia é controlar a pressão e preservar a visão, não recuperar lesões do nervo ótico já existentes.

Cuidados imediatos em casa

- 01 Penso ocular:** se recebeu um penso, mantenha-o até ao momento indicado pela equipa, habitualmente na manhã seguinte.
- 02 Protetor de acrílico:** utilize-o sempre que dormir, incluindo sesta, durante o período recomendado. Evita pressões involuntárias.
- 03 Higiene:** mantenha limpa a região em redor do olho. Para a limpeza exterior das pálpebras, use lenços descartáveis limpos ou compressas esterilizadas. Não pressione o olho.



Atividades e proteção

Pode fazer, conforme tolerado	Restrições e cuidados
Higiene diária: tomar banho e lavar o rosto ou cabelo com cuidado.	Evite água diretamente no olho, sabão e champô. Não esfregue nem pressione o olho.
Lazer: ler, ver televisão e usar ecrãs, respeitando o conforto e as orientações recebidas.	Não levante objetos pesados nem faça esforços intensos. Confirme quando pode voltar ao exercício.
Mobilidade: caminhar e deslocar-se como passageiro.	Não conduza nos primeiros dias; retome apenas com autorização e quando se sentir seguro.
Trabalho de escritório: retoma quando se sentir capaz e a equipa concordar.	Trabalho manual ou com exposição ambiental exige validação expressa do oftalmologista.
Ambiente: prefira locais limpos e protegidos.	Evite poeiras, fumo e contacto de animais com a zona do olho operado, para reduzir o risco de contaminação.

A PRESCRIÇÃO PODE MUDAR

Confirme quais os colírios a usar no olho operado: o esquema pós-operatório pode ser diferente do tratamento anterior do glaucoma. Não retome ou suspenda medicamentos por iniciativa própria.

AS CONSULTAS FAZEM PARTE DO TRATAMENTO

A pressão pode variar durante a cicatrização. As consultas permitem ajustar os cuidados e detetar alterações precocemente. Não falte ao seguimento.

A duração das restrições é definida pela sua equipa. Não use este calendário como autorização automática para retomar atividades.



Medicação e sinais de alerta

Como aplicar os colírios

- 01** Lave bem as mãos com água e sabão.
- 02** Sente-se ou deite-se e incline a cabeça para trás.
- 03** Baixe gentilmente a pálpebra inferior e aplique uma gota, sem tocar com o frasco no olho, pestanas ou pálpebras.
- 04** Feche o olho suavemente durante 2 a 3 minutos. Limpe o excesso que escorra com um lenço descartável limpo.
- 05** Aguarde pelo menos 5 minutos entre colírios diferentes no mesmo olho, salvo indicação individual.
- 06** Mantenha a medicação habitual do olho não operado, de acordo com a prescrição.



Frasco sem tocar no olho



Fechar sem apertar



Respeitar os horários

ESQUEMA ILUSTRATIVO · SEM ESCALA

CONTACTE A EQUIPA OU A URGÊNCIA

Dor intensa que não melhora com os analgésicos orientados; diminuição súbita ou acentuada da visão; aumento brusco da vermelhidão ou secreções purulentas. Não aguarde pela consulta agendada.

Leve às consultas todos os colírios e medicamentos que está a utilizar. Assim, a equipa pode confirmar o tratamento e esclarecer dúvidas.

Informação geral. A prescrição e as instruções da sua equipa têm prioridade.