

Après votre opération de la rétine

Ce dépliant est uniquement conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas les conseils ou le jugement des professionnels de la santé. L'information peut ne pas s'appliquer à toutes les situations. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser à votre prestataire de soins de santé.

Vous trouverez toutes les ressources à l'intention des patients à : www.nshealth.ca/patient-education-resources?language=French

Pour joindre un infirmier autorisé ou une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps :
composez le 8-1-1 ou consultez
<https://811.novascotia.ca/?lang=fr>

Préparation : Eye Care Centre

Illustration : LifeART Super Anatomy 1 Images,
Copyright © 1994, TechPool Studios Corp. USA

Conception et gestion : Services de la bibliothèque

FF85-1114 © Mars 2026 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse
L'information contenue dans cette publication doit être révisée en mars 2029 ou avant, au besoin.
Pour en savoir plus :
<https://library.nshealth.ca/patient-education-resources>

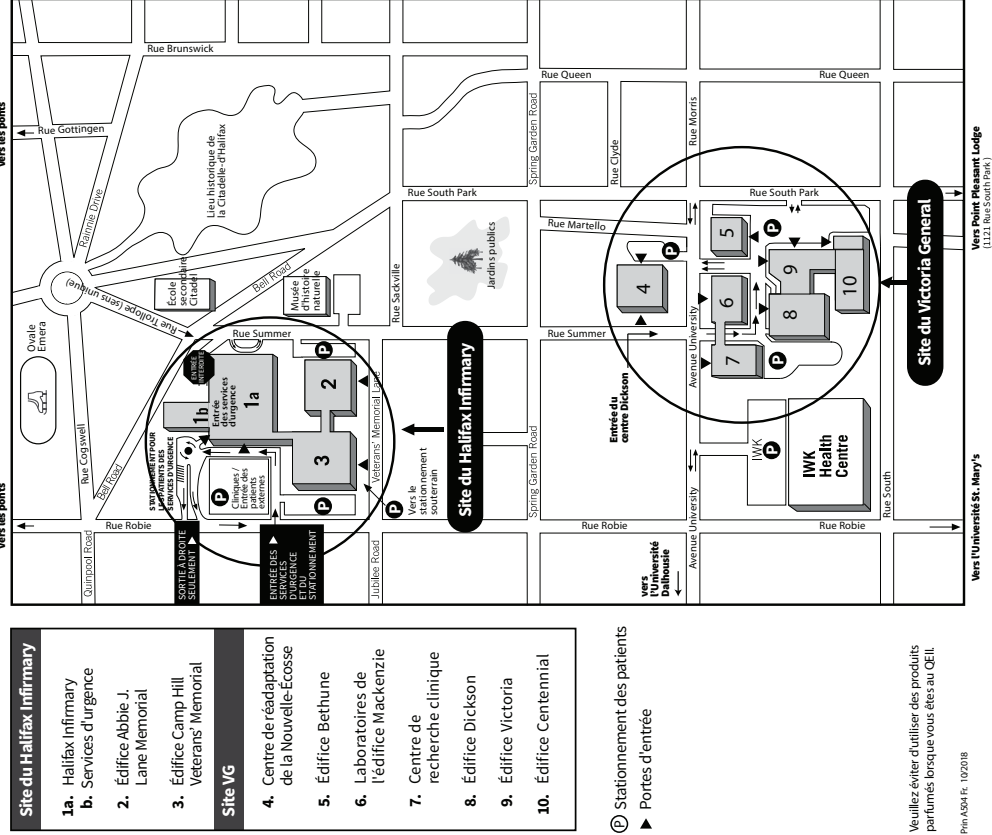
Inscrivez-vous à l'aide d'une borne libre-service située à l'entrée principale de l'édifice Centennial ou de l'édifice Dickson, sur le site de Victoria General.

Rendez-vous ensuite au Eye Care Centre situé au 2A de l'édifice Centennial.

Also available in English:
WW85-0463
After Your Retina Surgery

Centre des sciences de la santé QEII

Comprend 10 bâtiments répartis sur deux sites



- Lorsque votre équipe de soins de santé jugera que vous pouvez partir, vous recevrez votre congé pour rentrer chez vous avec votre personne de soutien.

Si on vous a administré une anesthésie générale (médicament qui vous endort pendant l'opération) :

- Vous vous réveillerez dans la salle de réveil.
- Le personnel infirmier viendra vous voir souvent.
- Après votre rétablissement complet, on vous ramènera à l'Unité de chirurgie d'un jour.
- Votre équipe de soins de santé vous informera au sujet des soins nécessaires à la maison.
- Lorsque votre équipe de soins de santé jugera que vous pouvez partir, vous recevrez votre congé pour rentrer chez vous avec votre personne de soutien.

Si on vous a mis un bulle de gaz ou d'air dans l'œil durant l'opération :

- Le gaz ou l'air est souvent laissé dans l'œil pour aider la rétine à guérir.

Si vous avez une bulle de gaz ou d'air dans l'œil :

- **Ne vous allongez pas sur le dos. Cela pourrait entraîner de graves complications.**
 - › Le gaz monte. Si vous vous allongez sur le dos, le gaz poussera contre le cristallin de votre œil.
 - › Si vous êtes en position allongée sur le ventre, le gaz pousse contre la rétine et l'aide à rester plate.
- **Ne prenez pas l'avion et n'allez pas à un endroit en haute altitude (sommets de montagnes).**
 - › Le gaz pourrait alors se dilater (grossir) et provoquer une douleur et une pression dans l'œil.

Appelez immédiatement votre ophtalmologiste dans les situations suivantes :

- › Votre douleur n'est pas soulagée après avoir pris des Advil^{MD} ou des Tylenol[®] comme recommandé à la page 6.
- › Votre vision se détériore.
- › Il y a beaucoup d'enflure.
- › Vous avez la nausée (mal de cœur) et vous vomissez (vomissements) et les Advil^{MD} ou Tylenol[®] pris comme recommandé à la page 6 n'aident pas.

Si vous n'êtes pas en mesure de joindre votre ophtalmologiste, appelez le service de repérage de l'hôpital au 902-473-2222 et demandez qu'on joigne le résident ou la résidente en ophtalmologie de garde ou rendez-vous au service des urgences le plus près.

Rendez-vous de suivi

- Allez à tous vos rendez-vous de suivi chez l'ophtalmologiste. Apportez vos médicaments et vos gouttes lors de ces consultations.
- On vous donnera un rendez-vous de suivi le lendemain de votre opération. Il aura lieu au Eye Care Centre (2A de l'édifice Centennial de Victoria General – site VG) ou au cabinet de votre ophtalmologiste.

- En fonction des résultats de l'opération, votre ophtalmologiste (chirurgien·ne spécialiste des yeux) pourrait vous demander de garder le visage vers le bas et/ou sur un côté ou l'autre. **Ne vous allongez pas sur le dos.**
- La bulle de gaz peut entraîner une vision floue dans l'œil opéré. Cela est fréquent.
- La bulle de gaz disparaîtra d'elle-même. Voici comment cela se passera :
 - › Vous percevrez le bord de la bulle comme une ligne foncée dans la partie supérieure de votre champ de vision.
 - › La bulle rapetissera de plus en plus et vous aurez l'impression que vous voyez un cercle foncé qui devient de plus en plus petit jusqu'à ce qu'il disparaisse. Il se peut que la petite bulle se divise en 2 ou plusieurs autres bulles encore plus petites. Cela est normal.

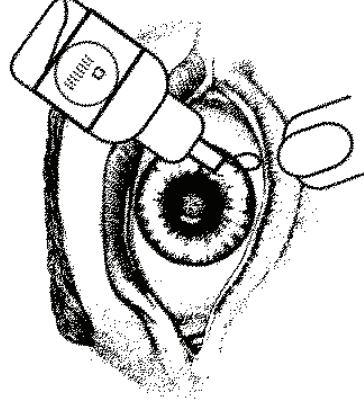
Si vous devez subir d'autres opérations, dites-le à votre ophtalmologiste.

Si vous avez besoin d'une anesthésie générale pour une autre opération :

- Dites à votre chirurgien·ne et à l'anesthésiste (médecin qui vous endort avant l'opération) que vous avez une bulle de gaz dans l'œil.

- Le personnel infirmier vous remettra un bracelet (semblable à un bracelet MedicAlert®) et une carte indiquant la présence de gaz dans votre œil. Ils indiquent aux gens que vous avez une bulle de gaz dans l'œil. **Portez ce bracelet et gardez cette carte dans votre portefeuille en tout temps jusqu'à ce que la bulle de gaz ait disparu.**

5. Placez une goutte de liquide ou d'onguent dans la pochette créée en tirant votre paupière vers le bas. **Ne touchez pas** la paupière ou l'œil avec l'embout de la bouteille.



6. Fermez votre œil doucement. Gardez-le fermé pendant 1 minute (60 secondes). À l'aide d'un papier-mouchoir, essuyez doucement l'excédent qui pourrait couler sur votre joue.
7. Si vous devez mettre plus d'une goutte, attendez 5 minutes entre les gouttes. **N'arrêtez pas** d'utiliser vos gouttes habituelles pour votre autre œil.

- Il se peut qu'on vous remette des gouttes différentes de celles indiquées sur la fiche d'instructions que votre ophtalmologiste vous a remise après votre opération. Avant de quitter la pharmacie, assurez-vous de :
 - › comprendre à quoi sert chaque type de gouttes;
 - › savoir comment utiliser chaque type de gouttes.
- Prenez vos médicaments ophtalmiques en suivant les consignes du personnel infirmier ou de votre ophtalmologiste.

Pour mettre vos gouttes ophtalmiques :

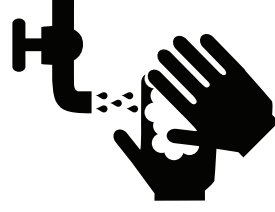
1. Lavez-vous bien les mains avec de l'eau et du savon.
2. Agitez bien la bouteille.
3. Penchez la tête vers l'arrière.

Vous pouvez vous asseoir ou vous allonger.

4. Ouvrez les deux yeux et regardez vers le haut. Avec un doigt, tirez doucement votre paupière inférieure vers le bas pour former une pochette sous l'œil.

Gestion de la douleur

- Il est normal de ressentir un certain inconfort. Vous pouvez prendre de l'ibuprofène (Advil^{MD}) ou de l'acétaminophène (Tylenol[®]) selon vos besoins.
- Si vous prenez de l'ibuprofène, prenez-la avec de la nourriture toutes les 6 heures pendant les 24 premières heures (1 journée) après l'opération. **Ne prenez pas d'ibuprofène si :**
 - › vous y êtes allergique;
 - › vous avez des problèmes de rein.
- **Ne prenez pas** de produits contenant de l'AAS (comme Aspirine^{MD}). Consultez votre chirurgien·ne avant de prendre des produits contenant de l'aspirine ou d'autres anticoagulants.
- Il est fréquent que l'œil soit irrité et pique.



Médicaments et gouttes ophtalmiques

- Il est important de continuer à prendre vos autres médicaments normalement, y compris les gouttes ophtalmiques pour votre autre œil.

Activité

- Suivez toutes les instructions relatives à la position de la tête qui vous ont été données.
- **Ne frottez pas** votre œil.
- **Ne bougez pas** rapidement.
- **Ne vous cognez pas** la tête et ne la secouez pas.
- **Ne faites aucune** activité qui pourrait :
 - › faire pénétrer de la poussière ou de la saleté dans votre œil;
 - › entraîner un risque de coup sur œil.

- Vous **devez** continuer à porter votre couvre-œil la nuit jusqu'à ce que votre chirurgien·ne vous dise qu'il est correct d'arrêter. Cela dure généralement 7 jours.
- Votre ophtalmologiste vous prescrira des gouttes qui garderont vos pupilles **dilatées** (grosses). Vos yeux seront alors plus sensibles à la lumière. Portez des lunettes de soleil quand vous sortez et qu'il fait soleil.

Utilisation de gouttes ou onguents ophtalmiques

- Vous devrez aller chercher des gouttes ophtalmiques à la pharmacie. Demandez au personnel de vous expliquer à quoi servent ces gouttes et comment les utiliser.

- Il est normal qu'un léger écoulement s'accumule sur le bord de la paupière.

Pour l'enlever :

1. Utilisez une débarbouillette propre humectée avec de l'eau chaude propre.
2. Fermez votre œil et essuyez **doucement** le bord de la paupière. **Ne frottez pas** ou ne touchez pas votre œil.

Vous pouvez utiliser un papier-mouchoir pour essuyer les larmes sur votre joue.

Protection de l'œil et lunettes

- **Ne mettez jamais de compresse en tissu sur votre œil ou de pansement oculaire.**
Ne portez que votre couvre-œil.

- **Pendant 7 jours (1 semaine) après l'opération, vous devez porter une protection oculaire (dispositif de protection des yeux) en tout temps :**
 - › Portez des lunettes ordinaires ou des lunettes de soleil durant la journée.
 - › Portez votre couvre-œil pendant la nuit.

Pendant les 4 semaines qui suivent l'opération :

- **Ne faites pas** de jardinage ou d'autres activités dans lesquelles il y a de la saleté, de la poussière ou des produits chimiques.
- **Ne levez pas** d'objets lourds (pas plus de 10 livres ou 4,5 kg).
- **Ne faites pas** d'activité physique intense ou des sports exigeants.
- **Ne faites pas** de natation.

Immédiatement après l'opération

- Vous pouvez :
 - › Marcher
 - › Regarder la télé
 - › Lire
 - › Utiliser un ordinateur
 - › Aller en voiture (**sans** conduire)
 - › Prendre un bain ou une douche, vous raser ou vous laver les cheveux (**Évitez** de laisser de la saleté ou de l'eau savonneuse pénétrer dans votre œil.)

Une semaine (7 jours) après l'opération

- Vous pouvez :
 - › Faire des tâches (comme préparer les repas et laver la vaisselle)
 - › Aller au salon de coiffure
 - › Porter du maquillage

Avant de recevoir l'approbation de votre chirurgien·ne :

- **Ne conduisez pas.**
- **Ne participez pas** à des sports de contact (comme le hockey, le basketball ou le football).
- **Ne retournez pas** au travail.
- **Ne lavez pas** vos yeux avec l'eau du robinet ou une solution nettoyante.

Votre ophtalmologiste vous dira quand vous pouvez reprendre vos activités normales.

À quoi vous attendre après l'opération?

- Votre vision sera embrouillée.
 - Votre joue et votre front pourraient être engourdis du côté opéré en raison de l'anesthésique utilisé. Cela pourrait durer jusqu'au lendemain.
 - Il est possible que vous ne puissiez pas bouger complètement votre œil opéré. Vous pourriez donc voir double. Cela est courant et la situation s'améliorera lentement avec le temps.
 - L'œil opéré pourrait :
 - › être sensible à la lumière;
 - › être rouge et enflé;
 - › être irrité ou piquer;
 - › brûler;
 - › couler ou produire des larmes contenant du sang.
- Tout cela est fréquent. La situation devrait s'améliorer lentement durant les premières semaines suivant l'opération.