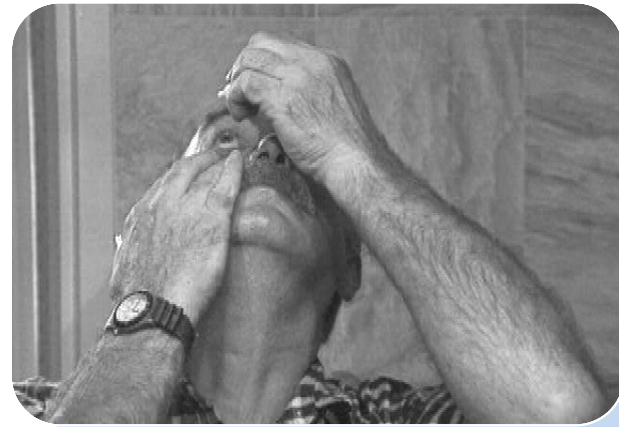


PROTEJA EL OJO OPERADO DURANTE SUS ACTIVIDADES

Su ojo operado es muy sensible por ahora. La incisión que se le hizo fue cerrada con unos cuantos puntos de sutura delicados (si acaso). He aquí como protegerlo:

- + **NO SE quite el parche del ojo** hasta no visitar a su médico al día siguiente de la cirugía.
- + **USE UN PROTECTOR DE METAL O PLÁSTICO O PÓNGASE SUS ANTEOJOS.** Un protector o sus anteojos le ayudarán a proteger el ojo contra posibles lesiones. El médico le dirá cuánto tiempo deberá usar el protector de metal o plástico, pero en promedio será aproximadamente durante un mes.
- + **EVITE LEVANTAR COSAS PESADAS.** Por lo menos durante un mes, o hasta que su médico se lo diga, no cargue bolsas pesadas (por ej. bolsas de comida o de ropa) ni levante objetos pesados (como cajas).
- + **PARA LEVANTAR COSAS, DOBLE LAS RODILLAS.** No se agache hacia adelante, porque podría poner presión sobre la incisión.

- + **PUEDE LEER, VER TELEVISIÓN Y CAMINAR.** Puede hacer todas sus actividades normales bajo techo sin ningún peligro. Puede coser, hacer trabajo de oficina y trasladarse con cuidado de un lugar a otro.
- + **NO MANEJE HASTA QUE SE LO PERMITA SU MÉDICO.** Si su visión es buena en el ojo que no le operaron, pronto podrá volver a manejar.

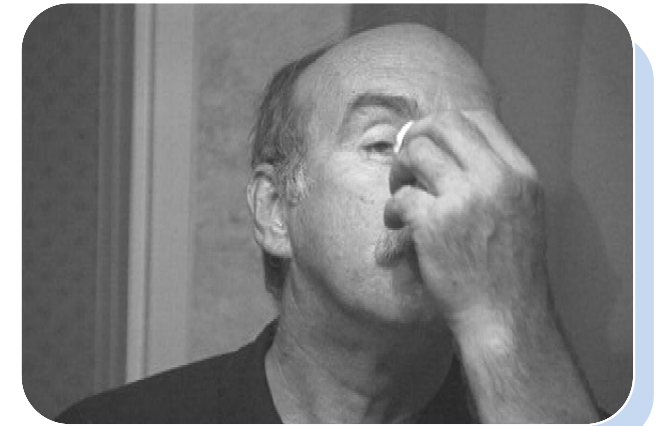


PUEDE PONERSE GOTAS Y USAR ANTEOJOS

Sus gotas son importantes para ayudarle a sanar más rápidamente. Fíjese en las instrucciones para ponerse las gotas y siempre siga los siguientes pasos simples para aplicárselas sin peligro:

- + **LÁVESE LAS MANOS.** Antes de ponerse gotas, lávese siempre las manos con agua tibia y jabón y séqueselas por completo.

- + **TOME EL FRASCO ENTRE EL PULGAR Y EL DEDO ÍNDICE DE UNA MANO Y USE EL DEDO MEDIO DE LA OTRA MANO PARA EMPUJAR HACIA ABAJO EL PÁRPADO INFERIOR.** Tome el frasco con la mano más “diestra”, sin importar de qué lado esté el “ojo operado”. Así tendrá más precisión al aplicárselas.
- + **PÓNGASE UNA GOTTA EN EL RABILLO DEL OJO.** Nunca permita que la punta del frasco le toque el párpado.
- + **PROTÉJASE LOS OJOS CONTRA LA LUZ BRILLANTE Y EL RESPLANDOR.** Cuando esté bajo intensa luz solar, use lentes para sol o anteojos oscuros de plástico encima de sus anteojos normales, que le cubran incluso los lados de los ojos.
- + **TOME LOS ANTEOJOS POR LOS EXTREMOS CUANDO SE LOS PONGA.** Tome los anteojos por las patillas para evitar que le vayan a arañar o a picar el ojo.



LÁVESE EL OJO Y MANTENGA UNA BUENA HIGIENE PERSONAL

La limpieza es tan importante como su medicamento para el proceso curativo. Siempre que esté en el baño o use el lavabo, recuerde:

- + **LÁVESE PRIMERO LAS MANOS.**
- + **LÁVESE LOS PÁRPADOS POR LO MENOS DOS VECES AL DÍA,** especialmente al levantarse por la mañana. Es entonces cuando se ha acumulado mucosidad y podría costarle trabajo abrir el ojo.
- + **LÍMPIESE SUAVEMENTE CON UNA BOLITA DE ALGODÓN ESTERILIZADO.** Humedézcala con agua tibia y límpiense el párpado suavemente a la altura de las pestañas para quitar toda materia encostrada.
- + **NO HAGA PRESIÓN SOBRE EL OJO.**

continúa

- + **BAÑESE EN LA BAÑERA EN LUGAR DE DUCHARSE DURANTE LOS PRIMEROS DÍAS DESPUÉS DE LA CIRUGÍA.** ¡No permita que el agua de la bañera le entre en el ojo!
- + **SI TIENE QUE USAR CHAMPÚ,** eche la cabeza hacia atrás y deje correr el agua lejos de la cara.



LA OPERACIÓN DE LAS CATARATAS ES UNA “CIRUGÍA DE UN DÍA” – HAGA PLANES PARA REGRESAR A CASA

La cirugía de cataratas ha cambiado mucho en los últimos años. ¡Quizás recuerde cuando familiares y amigos tenían que quedarse en el hospital durante días! En la actualidad, sin embargo, gracias a las técnicas modernas de microcirugía, la mayoría de las personas que se operan de las cataratas se van a casa el mismo día. Planee:

- + **TENER A ALGUIEN QUE LE LLEVE A CASA.** Es posible que todavía se sienta un tanto tambaleante debido a la anestesia, por lo que necesitará que alguien le lleve a casa, ya sea en coche, taxi o autobús.

- + **OBTENER SU MEDICAMENTO RECETADO.** El Centro Quirúrgico Ambulatorio de la Enfermería tiene su propia farmacia en el mismo piso donde se le interna y se le da de alta. Usted o su acompañante pueden obtener el medicamento que le hayan recetado mientras esperan.

LLAME A SU MÉDICO O A LA SALA DE EMERGENCIA DEL HOSPITAL DE PRESENTARSE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS

Es normal que después de la cirugía de cataratas sienta comezón o punzadas en el ojo, como si tuviera algo dentro. Tendrá el ojo rojo durante algunos días. Sin embargo, deberá buscar ayuda de inmediato en caso de que:

- + **EXPERIMENTE DOLOR INTENSO O NÁUSEAS**
- + **EL OJO SE LE PONGA DEMASIADO ROJO**
- + **LE EMPEORE LA VISTA,** especialmente si una “cortina negra” le obstruye la visión.
- + **EL OJO LE EMPIECE A LAGRIMEAR INTENSAMENTE**
- + **VEA LUCES PARPADEANTES**

Si su propio médico no pudiera atenderle, llame a The New York Eye and Ear Infirmiry, al 212-979-4000, día y noche, y pida hablar con la enfermera de la sala de emergencia o el oftalmólogo de turno.

ACERCA DE LA ENFERMERÍA

The New York Eye and Ear Infirmiry se especializa en el tratamiento de padecimientos de los ojos, oídos, nariz, garganta y problemas relacionados. Ubicada en la esquina de la Segunda Avenida y la Calle Catorce en Manhattan, es un hospital privado no lucrativo, que ha brindado atención a la comunidad desde 1820.

Cada año, pacientes ambulatorios realizan más de 150,000 visitas a nuestros Centros de Atención Ambulatoria. De determinarse que usted necesita cirugía, contamos con instalaciones modernas para dar alojamiento a 103 pacientes internos que tengan que pasar la noche o más tiempo. Nuestro nuevo Centro Quirúrgico Ambulatorio es cómodo, conveniente y totalmente equipado, y brinda atención a pacientes que pueden regresar a casa el mismo día de la operación.

TRANSPORTE A LA ENFERMERÍA

La Enfermería queda a pocas cuadras de distancia de la estación del metro de Union Square (líneas R, N, L, 4, 5 y 6) o la parada del tren L de la Primera Avenida y la Calle 14. También se puede llegar al hospital en el autobús M15 (cuya ruta va hacia el norte por la Primera Avenida y hacia el sur por la Segunda Avenida) y el autobús M14 que atraviesa la calle 14. Hay estacionamientos en la Calle 14 entre la Primera y Segunda Avenidas, en la Calle 15 entre la Segunda y Tercera Avenidas, y en la Calle 11 entre la Primera y Segunda Avenidas.

The New York Eye and Ear Infirmiry es un hospital docente afiliado al New York Medical College y es miembro del Fondo de Hospitales Unidos.

Continuum Health Partners, Inc.



NY Eye & Ear Infirmiry

Affiliated Teaching
Hospital of New York
Medical College

Continuum Health Partners, Inc.



QUÉ HACER DESPUÉS DE LA CIRUGÍA DE CATARATAS

LA ATENCIÓN DE SEGUIMIENTO ES CRUCIAL PARA EL ÉXITO TOTAL DE SU CIRUGÍA

En casos de emergencia en que su médico no pueda atenderle, llame al 212-979-4000 y pregunte por la enfermera o el oftalmólogo residente de turno.

The New York Eye and Ear Infirmiry

310 East 14th Street • New York, NY 10003