



## La 1<sup>ère</sup> semaine suivant l'opération

- 1 Ne vous touchez pas les yeux
- 2 Portez des lunettes de soleil à l'extérieur lors de journées ensoleillées ou venteuses
- 3 Ne vous maquillez pas
- 4 Douchez-vous en gardant les yeux fermés
- 5 Utilisez vos coques pour dormir
- 6 Hydratez vos yeux au moins une fois par heure
- 7 Augmentez l'hydratation devant la TV et l'ordinateur
- 8 Evitez la poussière et les endroits enfumés
- 9 Lors de vision instable, voilée ou de sensations de corps étrangers, augmentez la fréquence des larmes et clignez
- 10 En cas de dépôts sur vos paupières, nettoyez-les délicatement (cf. illustration)
- 11 Sports: Evitez toutes activités où vous risquez un contact sur le visage (sports de balle et collectifs)
- 12 Evitez piscine, sauna, hammam et jacuzzi
- 13 A ce stade rien d'anormal, si votre vision fluctue ou si vous percevez toujours des objets dédoublés, irisés et flous de loin comme de près
- 14 En cas de contacts ou de projections sur un oeil, rincez avec les larmes artificielles et contactez-nous
- 15 Halos et irisations sont toujours présents
- 16 Suivez les recommandations données par l'ophtalmologue

