



GUIDE

L'Hôpital d'Ottawa

Chirurgie de la cataracte



The Ottawa Hospital | L'Hôpital
d'Ottawa



Avertissement

Ce document présente des renseignements généraux. Il ne vise pas à remplacer les conseils d'un professionnel qualifié. Consultez votre médecin pour savoir si ces renseignements s'appliquent à votre situation.

P403 (REV 10/2013)

Imprimé à L'Hôpital d'Ottawa

Table des matières

Introduction	1
Qu'est-ce qu'une cataracte?	2
Quels sont les symptômes d'une cataracte?	3
Votre rendez-vous de préadmission	3
La veille de votre chirurgie.	4
Directives importantes avant votre chirurgie	4
Lentilles intraoculaires (LIO)	6
Le jour de la chirurgie	7
La chirurgie de la cataracte (« phaco-émulsification »)	7
Après la chirurgie, dans la salle de réveil	8
Directives pour votre sortie de l'Hôpital.	8
Comment appliquer les gouttes pour les yeux?	11
Comment appliquer un onguent?	11
Complications de la chirurgie de la cataracte	12
Les « cataractes secondaires »	12
Cas d'urgence	12

Introduction

Ce guide a été préparé pour vous aider, votre famille et vous, à comprendre ce qu'est une cataracte et comment celle-ci est traitée. Nous espérons qu'en le lisant, vous comprendrez mieux en quoi consiste la chirurgie de la cataracte et le rôle que vous jouez dans la réussite de votre chirurgie.

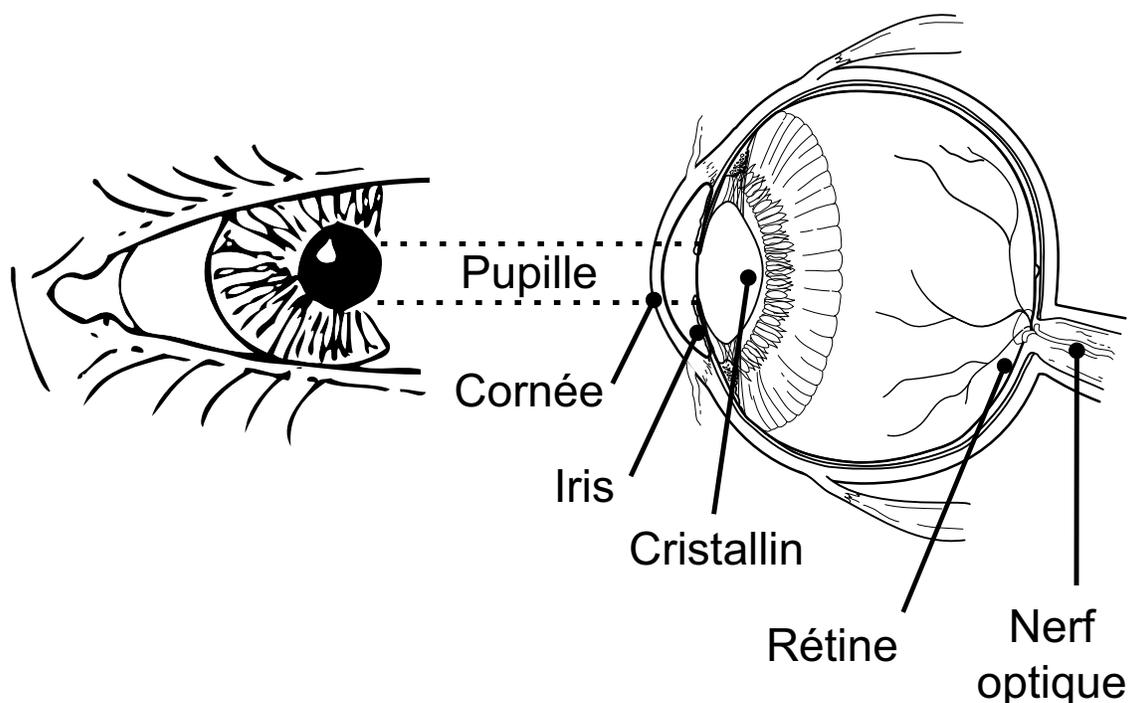
À l'Hôpital d'Ottawa, les chirurgies de la cataracte sont faites en consultation externe aux deux endroits suivants :

- au **Centre des soins oculaires**, Campus Riverside
3^e étage, 1967, chemin Riverside, Ottawa, K1H 7W9.

et

- à l'**Institut de l'œil** de l'Université d'Ottawa, Campus Général
Aile des soins critiques, 3^e étage, Module F,
501, chemin Smyth, Ottawa, K1H 8L6.

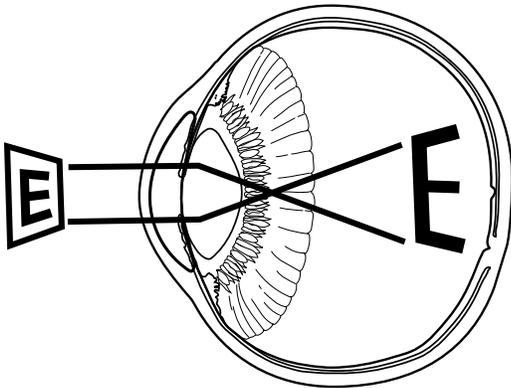
La plupart des chirurgiens ne travaillent qu'à un seul endroit. Votre chirurgien vous dira où aura lieu votre chirurgie.



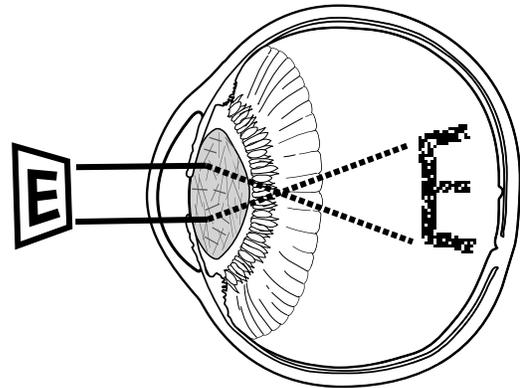
Oeil normal vu de côté

Qu'est-ce qu'une cataracte?

Une cataracte se produit quand le cristallin de l'œil devient graduellement plus opaque. Le cristallin, habituellement transparent, fonctionne un peu comme la lentille d'une caméra. Alors que la caméra focalise l'image sur un film, l'œil focalise l'image sur la rétine. Si la lentille est embrouillée, l'image sur la rétine et la vision seront floues.



Oeil normal



Oeil ayant une cataracte

Vision avec une cataracte

Les cataractes apparaissent habituellement avec l'âge. Elles sont causées par un vieillissement des protéines contenues dans le cristallin. Elles peuvent par contre apparaître plus tôt :

- chez les personnes atteintes de diabète ou de glaucome
- après une blessure ou un traumatisme à l'oeil
- après la prise de certains médicaments (par exemple, des stéroïdes)
- après une exposition prolongée aux rayons ultra-violet (UV) du soleil
- chez les fumeurs
- chez les personnes qui ont une mauvaise alimentation.

Dans de rares cas, les cataractes sont présentes dès la naissance.

Quels sont les symptômes d'une cataracte?

Une cataracte peut se développer rapidement, en quelques mois, ou lentement, en quelques années. Les symptômes sont les suivants :

- une vision floue ou embrouillée
- un changement dans la vision
- une vision rapprochée qui s'améliore au début, mais qui devient embrouillée plus tard, quelle que soit la distance
- une sensibilité à la lumière
- la difficulté à conduire le soir, car les lumières des voitures semblent trop brillantes
- un éblouissement causé par le soleil ou les lumières
- la formation de halos autour des lumières
- une vision double
- un reflet blanchâtre au centre de l'œil (stade très avancé).

En général, il faut enlever la cataracte lorsque votre vision baisse à un point tel que vous avez de la difficulté à accomplir vos activités quotidiennes. Les lois provinciales exigent une certaine vision pour pouvoir conduire. Si votre vision est trop faible, vous devrez vous faire opérer. C'est à vous et à votre chirurgien de prendre cette décision.

Votre rendez-vous de préadmission

Après avoir rencontré votre chirurgien, vous recevrez un appel de l'Hôpital pour fixer une « évaluation de préadmission ». Ce rendez-vous d'environ 30 minutes se tiendra dans une de nos unités de préadmission, soit au Centre des soins oculaires (situé au Campus Riverside), soit à l'Institut de l'œil (situé au Campus Général).

Vous rencontrerez une infirmière autorisée qui vérifiera vos antécédents médicaux et vous fournira d'importantes directives que vous devrez suivre en préparation pour votre chirurgie.

À ce rendez-vous, apportez ce qui suit :

- dans un sac, tous les médicaments, vitamines, produits naturels et gouttes pour les yeux que vous prenez actuellement

-
- votre carte Santé
 - le nom et le numéro de téléphone de votre médecin de famille.

La veille de votre chirurgie

On vous appellera entre 11 h 30 et 15 h pour confirmer l'heure de votre rendez-vous du lendemain. Soyez ponctuel pour que nous ayons suffisamment de temps pour vous préparer pour votre chirurgie. Les appels pour les chirurgies du lundi seront faits le vendredi.

Si vous n'avez pas reçu d'appel à 15 h, téléphonez à l'Hôpital :

- Centre des soins oculaires, Campus Riverside : 613-738-8381
- Institut de l'œil, Campus Général : 613-737-8577

Avertissez votre chirurgien si, dans les 48 heures précédant votre chirurgie, vous avez un rhume, une grippe, une infection, une infection de l'œil, un feu sauvage, si vous faites de la fièvre, ou si vous prenez des antibiotiques.

Directives importantes avant votre chirurgie

1. Un adulte responsable **doit** vous raccompagner à la maison après votre chirurgie. Votre chirurgie sera **annulée** si personne ne peut vous raccompagner.
 - Ayez le nom et le numéro de téléphone de cette personne le jour de votre chirurgie. Nous sommes désolés, mais nous ne pouvons pas, pour des raisons légales, laisser nos patients retourner seuls chez eux en taxi
2. L'infirmière de préadmission vous expliquera ce que vous pouvez manger et boire en prévision de votre chirurgie. Veuillez suivre les directives attentivement.
 - Ne mangez aucun aliment solide après minuit, la veille de votre chirurgie.
 - Nous vous recommandons de boire des liquides **clairs** jusqu'à 2 heures avant votre chirurgie : de l'eau, du jus de pommes, du jus de canneberges, du jus de raisins blancs, des boissons gazeuses claires (Sprite, 7Up, Ginger ale), du thé et du café noir. **N'ajoutez PAS** de lait, de crème ou de colorant à café (Coffeemate), **sinon votre chirurgie sera annulée.**

3. **Indications concernant la prise de médicaments le jour de la chirurgie**

- Le matin de votre chirurgie, vous pouvez prendre vos médicaments habituels **à moins d'avis contraire de votre chirurgien**. Prenez vos médicaments avec une petite gorgée d'eau, au plus tard une heure avant votre chirurgie.
 - Il n'est **PAS** nécessaire d'arrêter de prendre les médicaments suivants en vue de votre chirurgie de la cataracte : les anticoagulants (p. ex. Coumadin, Pradaxa), les anti-inflammatoires (p. ex. Aspirin, ibuprofène [Advil]... **À moins d'avis contraire de votre chirurgien, continuez de les prendre comme d'habitude**.
 - **Si vous êtes diabétique**, ne prenez **PAS** vos pilules contre le diabète ou votre insuline avant la chirurgie, mais **apportez-les avec vous** :
 - Apportez vos inhalateurs (pompes) et vos vaporisateurs de nitroglycérine.
 - Si un autre médecin vous a prescrit des **gouttes pour les yeux**, avertissez votre chirurgien. Il vous dira si vous devez les mettre avant votre chirurgie.
 - Si votre chirurgien vous a demandé de commencer à mettre des gouttes dans vos yeux 2 jours avant la chirurgie, suivez ses directives attentivement. Gardez ensuite vos bouteilles pour après la chirurgie.
4. **Ne fumez pas et évitez de boire de l'alcool** 24 heures avant et après la chirurgie, afin d'éviter les effets indésirables causés par le mélange de l'alcool et des médicaments qui vous seront donnés.
 5. N'apportez **aucun** objet de valeur et ne portez **aucun** bijou le jour de la chirurgie.
 6. Prenez une douche et lavez vos cheveux avant votre chirurgie.
 7. Ne portez aucun maquillage, vernis à ongles, parfum ou produits parfumés.
 8. Nous recommandons aux dames de mettre une jupe ou un pantalon pour être plus confortables.
 9. Ne signez aucun document légal dans les 24 heures qui suivent votre chirurgie.

10. **Vous aurez un rendez-vous :**

- **le lendemain de votre chirurgie** (on confirmera votre rendez-vous avant votre départ de l'Hôpital),
- 7 à 10 jours,
- 1 mois,
- et 3 mois après la chirurgie.

11. **Si vous habitez à l'extérieur d'Ottawa**, vous voudrez peut-être rester dans la ville le soir de votre chirurgie. Vous pouvez communiquer avec Rotel au 613-733-1412 ou au 1-800-267-4700.

Lentilles intraoculaires (LIO)

Avant votre chirurgie, votre chirurgien vous fera passer un examen pour prendre les mesures de votre œil. Ces examens s'appellent « **échographie A** » ou « **IOL Master** ». Les mesures obtenues aideront votre chirurgien à choisir la bonne force de **lentille intraoculaire (LIO)** pour votre œil. À noter que les frais du IOL Master ne sont pas couverts par le Régime d'assurance-maladie de l'Ontario (RAMO).

Les frais des lentilles intraoculaires souples courantes sont couverts par la RAMO, mais les patients qui ne vivent pas en Ontario devront les payer **avant** la chirurgie.

On entend beaucoup parler des lentilles intraoculaires **spécialisées** ces temps-ci, mais elles ne conviennent pas à tous les patients. Demandez à votre chirurgien quelles sont vos options. C'est la meilleure personne pour vous aider à choisir le type de lentille intraoculaire qui vous convient.

Prenez note cependant que les frais des **lentilles spécialisées ne sont pas couverts par la RAMO ou la RAMQ**. Ils doivent être payés avant votre chirurgie. Si vous optez pour des lentilles spécialisées, on vous remettra – au bureau de votre chirurgien – un formulaire indiquant le montant que vous devrez payer avant la chirurgie. Vous pouvez payer cette facture à la caisse de l'Hôpital, ou par téléphone au 613-737-8899, poste 14444. Les bureaux des caisses sont situés aux entrées principales des deux campus. **Apportez le reçu à l'Hôpital le jour de la chirurgie.**

Comme les régimes privés d'assurance couvrent parfois les frais des examens ou des lentilles spécialisées, conservez tous vos reçus.

Le jour de la chirurgie

Une chirurgie de la cataracte dure habituellement de 15 à 45 minutes, mais prévoyez rester à l'Hôpital pendant 2 ½ à 3 heures.

Lorsque vous arriverez à l'Hôpital, une de nos commis vous accueillera. Vous rencontrerez ensuite une infirmière qui vous préparera pour votre chirurgie. Elle versera plusieurs gouttes dans votre œil pour éviter les risques d'infection et pour dilater (faire agrandir) votre pupille. La dilatation de la pupille est essentielle et permet au chirurgien d'accéder plus facilement à la cataracte.

Les infirmières vérifieront plusieurs fois vos renseignements avant la chirurgie. Cela fait partie de notre processus de sécurité. Nous vous demanderons à quelques reprises de nous indiquer votre nom, vos allergies et l'œil qui sera opéré.

N'hésitez pas à poser des questions, à n'importe quel moment du processus.

Avant d'entrer dans la salle d'opération, vous rencontrerez l'anesthésiologiste ou son adjoint. Vous recevrez des médicaments par soluté qui vous aideront à vous détendre. Votre œil sera « gelé » grâce à un gel et à des gouttes spéciales. Vous aurez envie de dormir, mais vous resterez conscient pendant la chirurgie. Vous ne sentirez aucune douleur. N'essayez pas de parler pendant la chirurgie. Si vous avez un problème, levez doucement la main.

La chirurgie de la cataracte (« phaco-émulsification »)

Le chirurgien pratiquera une très petite incision sur la cornée de votre œil pour accéder à la cataracte. Il insérera ensuite une sonde à ultrasons afin de casser la cataracte en petits morceaux. Ces morceaux sont retirés à l'aide d'une sorte d'aspirateur. On appelle cette technique « phaco-émulsification ». Le chirurgien placera ensuite une lentille intraoculaire souple derrière l'iris (la partie colorée de l'œil) en la faisant passer par la petite incision. Quelquefois, un point de suture est ajouté. La lentille est permanente, mais vous ne la sentirez pas. Vous ne la verrez pas et vous n'aurez pas à vous en occuper.

Après la chirurgie, dans la salle de réveil

Vous pourrez retourner chez vous environ 30 minutes après votre chirurgie, lorsque vous ne ressentirez plus les effets des médicaments. Les infirmières de la salle de réveil vous offriront un léger goûter. Elles vérifieront votre tension et votre pouls, et vous donneront ensuite des directives écrites. Suivez-les soigneusement, car vous jouez un rôle important dans la réussite de votre chirurgie. Ces directives ont essentiellement pour but d'éviter que votre œil s'infecte ou que la lentille intraoculaire se déplace.

Ces directives vous sont aussi présentées ici.

Directives pour votre sortie de l'Hôpital

Votre œil après la chirurgie :

- Vous ressentirez peut-être un léger inconfort, comme l'impression d'avoir un petit corps étranger dans votre œil. Cette sensation devrait disparaître après 1 ou 2 jours. Nous vous recommandons de prendre un médicament en vente libre contre la douleur (comme de l'acétaminophène, si vous n'êtes pas allergique à ce médicament).
- Votre vision pourrait être embrouillée pendant 2 ou 3 jours.
- Votre œil pourrait être légèrement rouge pendant 1 ou 2 jours.

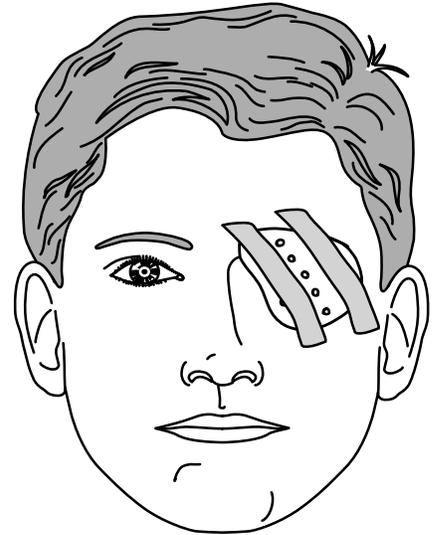
Gouttes pour les yeux :

Votre chirurgien vous remettra une ordonnance de gouttes pour les yeux, s'il ne l'a pas déjà fait avant votre chirurgie.

- **Commencez à mettre les gouttes dès que vous arrivez chez vous.**
- Si vous avez un pansement, commencez à mettre les gouttes une fois le pansement retiré, ou selon les directives de votre chirurgien.

Couvre-œil :

- On vous remettra peut-être un couvre-œil que vous devrez porter la nuit et pendant vos siestes. Cela protégera votre œil pendant que vous dormez.
- Ne mettez **rien** sous le couvre-œil (gaze, mouchoir de papier).
- Maintenez le couvre-œil en place avec 2 morceaux de ruban adhésif, comme indiqué dans l'image ci-contre.
- Quand vous irez à la pharmacie, n'oubliez pas d'acheter le **ruban adhésif** qui servira à tenir le couvre-œil en place la nuit.



***Placement du
protecteur oculaire***

Soins de votre œil opéré :

- Pendant un mois après la chirurgie, **ne frottez PAS** votre œil.
- **N'exercez AUCUNE pression** sur votre œil (par exemple, en appuyant avec votre doigt ou en serrant les paupières).
- Si vous devez nettoyer votre œil, commencez par vous laver les mains. Utilisez une débarbouillette propre et de l'eau tiède du robinet. Fermez votre œil et lavez **seulement la paupière du bas**, en partant du coin intérieur de l'œil vers l'extérieur. N'exercez aucune pression sur la paupière du haut et ne frottez pas votre œil.
- Vous pouvez prendre une douche et laver vos cheveux dès le lendemain de votre chirurgie. Couvrez votre œil avec votre main ou une débarbouillette propre pour le protéger du jet de la douche et du savon. Évitez le fixatif à cheveux.
- N'appliquez pas de mascara ou de maquillage sur les yeux pendant 2 semaines.
- Si vous vous baignez, attendez 2 semaines avant de plonger la tête sous l'eau.

Activités :

Vous pouvez reprendre vos activités habituelles dès que vous vous sentirez bien. Mais pendant 2 semaines, faites attention dans le cas des activités suivantes :

- Évitez de soulever des objets lourds. **La règle d'or à suivre est :** si vous devez retenir votre souffle pour faire un effort, ne le faites PAS.
- Ne secouez pas votre tête brusquement (en vous séchant les cheveux, par exemple).
- Vous pourrez reprendre vos activités sexuelles dès que vous vous sentirez bien. Cependant, certains médecins préfèrent que vous attendiez 2 semaines après la chirurgie. N'hésitez pas à demander l'avis de votre chirurgien.
- Avant de conduire une automobile, obtenez l'autorisation de votre ophtalmologiste.
- Vous pouvez ramasser des objets légers sur le sol, mais penchez-vous en pliant les genoux et non la taille.
- Vous pouvez faire des tâches ménagères légères (comme préparer les repas et laver la vaisselle).
- Vous pouvez lire et regarder la télévision.

Lunettes :

- Votre vision sera optimale environ un mois après la chirurgie, mais cela peut varier d'une personne à l'autre. Votre médecin pourra vous prescrire de nouvelles lunettes au besoin. En attendant, vous pouvez porter vos anciennes lunettes si elles sont confortables. Vous pouvez aussi demander à un opticien de remplacer la lentille de vos lunettes par une lentille sans correction jusqu'à ce que vous obteniez une nouvelle ordonnance.
- Lorsque vous enfiler vos lunettes, tenez les branches par le bout pour éviter de blesser votre œil.
- Nous vous recommandons de porter des lunettes de soleil par temps clair et ensoleillé.

Comment appliquer les gouttes pour les yeux?

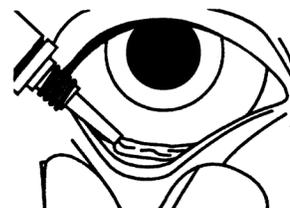
Vous devrez mettre des gouttes dans l'œil opéré pendant plusieurs semaines après votre chirurgie. Voici comment procéder :

1. Lavez-vous bien les mains.
2. Vérifiez l'étiquette sur la bouteille afin d'être sûr d'avoir le bon médicament.
3. Pour mettre vos gouttes, allongez-vous sur un lit ou assoyez-vous et inclinez la tête vers l'arrière.
4. Agitez la bouteille.
5. Tirez la paupière inférieure vers le bas avec un doigt et regardez vers le haut.
6. Tenez la bouteille de l'autre main et laissez tomber une goutte. Ne laissez pas le bout de la bouteille toucher votre œil.
7. Fermez doucement votre œil.
8. Essuyez le surplus qui coule sur votre joue.
9. Ne frottez pas votre œil.
10. Si vous avez un autre médicament oculaire à prendre, attendez au moins de 3 à 5 minutes.
11. Vous n'avez pas besoin de vous réveiller la nuit pour mettre vos gouttes. Suivez simplement un horaire de jour régulier.



Comment appliquer un onguent?

Certains chirurgiens prescrivent un onguent à appliquer. Pour mettre un onguent dans votre œil, vous n'avez qu'à suivre la procédure que nous venons de décrire. Cependant, utilisez votre index et votre pouce afin de former une petite pochette avec la paupière du bas. Utilisez environ 1 à 2 cm ($\frac{1}{2}$ à $\frac{3}{4}$ de pouce) d'onguent. Tournez le tube afin de détacher l'onguent du tube.



Application d'un onguent

Complications de la chirurgie de la cataracte

Même si les problèmes liés à une chirurgie de la cataracte sont rares, toute chirurgie comporte des risques. On peut prévenir et traiter les complications de la chirurgie de la cataracte. **Veillez consulter votre chirurgien** pour en savoir plus.

Les complications possibles, mais rares, sont les suivantes :

- déplacement de la lentille dans l'œil
- infection de l'œil (endophtalmie)
- augmentation de la pression dans l'œil (glaucome)
- décollement de la rétine
- complications reliées à l'anesthésie.

Les « cataractes secondaires »

Lorsque la cataracte est retirée et que la lentille intraoculaire est installée, vous n'aurez plus jamais besoin de subir une autre chirurgie de la cataracte. Cependant, une petite pellicule opaque peut se former avec le temps sur la membrane qui soutient votre lentille. C'est ce qu'on appelle une « cataracte secondaire ». Elle peut être facilement traitée par laser pendant une visite à la clinique. La procédure, appelée « capsulotomie au laser », est rapide et sans douleur. Vous retrouverez votre vision très rapidement.

Cas d'urgence

Les situations suivantes constituent des urgences :

- Vous ne parvenez pas à soulager votre douleur avec un médicament en vente libre.
- Votre vision diminue soudainement.
- La rougeur de l'œil augmente.
- Vous avez de graves nausées (signe d'augmentation de la pression dans l'œil).

Pendant les heures de bureau, téléphonez immédiatement au bureau de votre chirurgien ou au Campus où vous avez eu votre chirurgie :

- Centre des soins oculaires, Campus Riverside : 613-738-8537, poste 3
- Institut de l'œil, Campus Général : 613-737-8575 ou 613-737-8577

En dehors des heures de bureau, présentez-vous directement à l'urgence du Campus Général. Un ophtalmologiste est toujours sur appel :

501, chemin Smyth, Ottawa, K1H 8L6

Pour plus d'information sur la chirurgie de la cataracte ou les lentilles spécialisées, visitez le site web suivant : www.cos-sco.ca

Pour obtenir une version électronique de ce guide, consultez le site www.hopitalottawa.on.ca.

