



EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE
Diabetes e o olho

Cataratas

Departamento de Oftalmologia





O que é a catarata?

A catarata é a opacificação do cristalino.

O cristalino é a lente que se encontra atrás da íris, a zona colorida do olho. Por regra é transparente, mas com o aparecimento da catarata perde a transparência e fica opaco.

Com a catarata, a visão fica nublada e turva.



Tenho catarata?

A catarata, na maioria das vezes, aparece lentamente e de início pode não ter queixas ou dificuldade na visão. Com o tempo, pode vir a sentir:

- visão turva ou nublada;
- sensação de que os óculos estão sujos;
- dificuldade em conduzir à noite;
- pode haver necessidade de mudanças repetidas da graduação dos óculos.

Porque tenho catarata?

Por regra, a catarata aparece com o avançar da idade. Na maioria dos casos, depois dos 65 anos.

Nas pessoas que vivem com diabetes é mais frequente e aparece mais cedo, antes dos 65 anos.

Que posso fazer para tratar as cataratas?

Não há medicamentos que removam a catarata. Só a cirurgia o pode fazer.

Quando devo ser operado?

Atualmente, a catarata é operada em fases mais iniciais o que permite uma cirurgia com menos complicações. Não é necessário esperar que a catarata “amadureça” para ser operado.

Para decidir ser operado, deve considerar:

- 1.** As dificuldades que sente nas suas atividades (ex.: ler, conduzir, ver TV);
- 2.** O parecer do seu médico, que pode desaconselhar adiar a cirurgia.

Como é feita a cirurgia?

Na cirurgia é removido o cristalino opacificado e é substituído por uma lente artificial – lente intraocular. Se tiver catarata em ambos os olhos, cada olho será operado a seu tempo. Só após a recuperação de um olho se fará a cirurgia do outro.

Quais os riscos da cirurgia?

A cirurgia da catarata é uma cirurgia segura e, por regra, bem sucedida. A probabilidade de ter complicações é baixa.

Será informado pelo seu médico oftalmologista caso existam riscos adicionais no seu caso.

E no caso das pessoas com diabetes há risco acrescido?

Sim. O risco de infecção é maior. É mais frequente a acumulação de líquido na retina – edema macular. Por este motivo, deve manter a vigilância que lhe for recomendada.

Há alternativas à cirurgia?

Não há.

Pode optar por não ser operado.

O “amadurecer” da catarata levará a que a sua visão fique cada vez mais turva e nebulada, mas não irá prejudicar a sua visão de modo permanente.

Se deixar a catarata “amadurecer” muito torna a cirurgia mais difícil e aumenta o risco de complicações.

O que acontece antes da cirurgia?

Deverá fazer os exames que o seu médico solicitar. Receberá informação detalhada sobre o que fazer no dia antes da cirurgia.

Que cuidados devo ter no dia da cirurgia?

Fazer um jejum de **6 horas**.

Ajustar a medicação da diabetes de acordo com as indicações que lhe são dadas pela equipa de saúde.

Certificar-se se deve suspender algum medicamento nos dias anteriores à cirurgia.

Antes de sair de casa, tome um banho com uma esponja desinfetante fornecida na APDP.

Antes de ir para o bloco, retire as próteses dentárias, adornos e verniz das unhas, se os tiver.

Se usar aparelho auditivo, pode mantê-lo, se não o usar do lado do olho a ser operado.

Quanto tempo demora a cirurgia?

A cirurgia demora mais ou menos 30 minutos, mas a preparação exige que chegue algum tempo antes e deve ficar sob vigilância algum

tempo após.

Será realizada, regra geral, com anestesia local. O assunto será abordado pelo seu médico.

O que acontece após a cirurgia?

A cirurgia decorre em regime ambulatorio. Poderá ir para casa após a mesma. Deve estar acompanhado e evitar usar os transportes públicos.

É normal sentir lacrimejo, sensação de corpo estranho, picada ou ardor. A visão pode ser turva.

Que cuidados devo ter em casa?

- Retire o penso ao chegar a casa, exceto se lhe for dada indicação contrária.
- Coloque as gotas de acordo com a indicação do seu médico. Não se esqueça de lavar bem as mãos antes de colocar as gotas.
- Não deve fazer esforços nem movimentos bruscos com a cabeça.
- Não deve esfregar o olho.

- Ao tomar banho, evite o contacto do champô /gel de banho com o olho operado
- Evite dormir para o lado do olho operado.
- Se tossir ou espirrar deve fazê-lo de boca aberta.
- Não conduza até indicação médica.
- Não deve praticar natação, nem outros desportos de piscina, durante um mês.
- Pode ver televisão e ler.
- Pode usar óculos escuros quando sai à rua. É normal sentir-se encandeado com as luzes.
- Pode usar os seus óculos, mesmo que a graduação esteja desajustada.
- Deve tomar os medicamentos de acordo com a indicação do seu médico.
- Caso tenha dores pode tomar um comprimido para as dores (Paracetamol 1 gr. em SOS de 6/6h).

Quando devo voltar à APDP?

O seu médico dará essa indicação.

Regra geral as pessoas são vistas no dia seguinte, uma semana e um mês após a cirurgia.

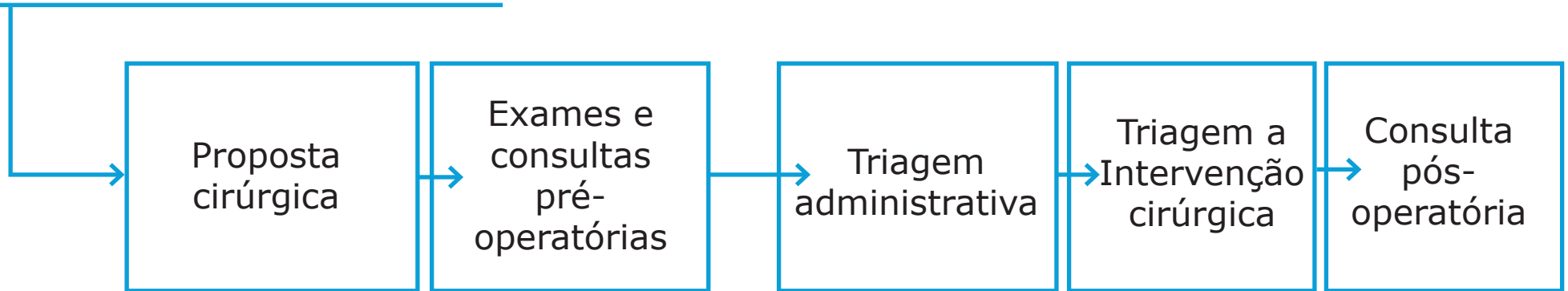
Quais as queixas com que me devo preocupar?

Deve procurar o seu médico ou dirigir-se ao Serviço de Urgência no caso de apresentar as seguintes queixas em conjunto:

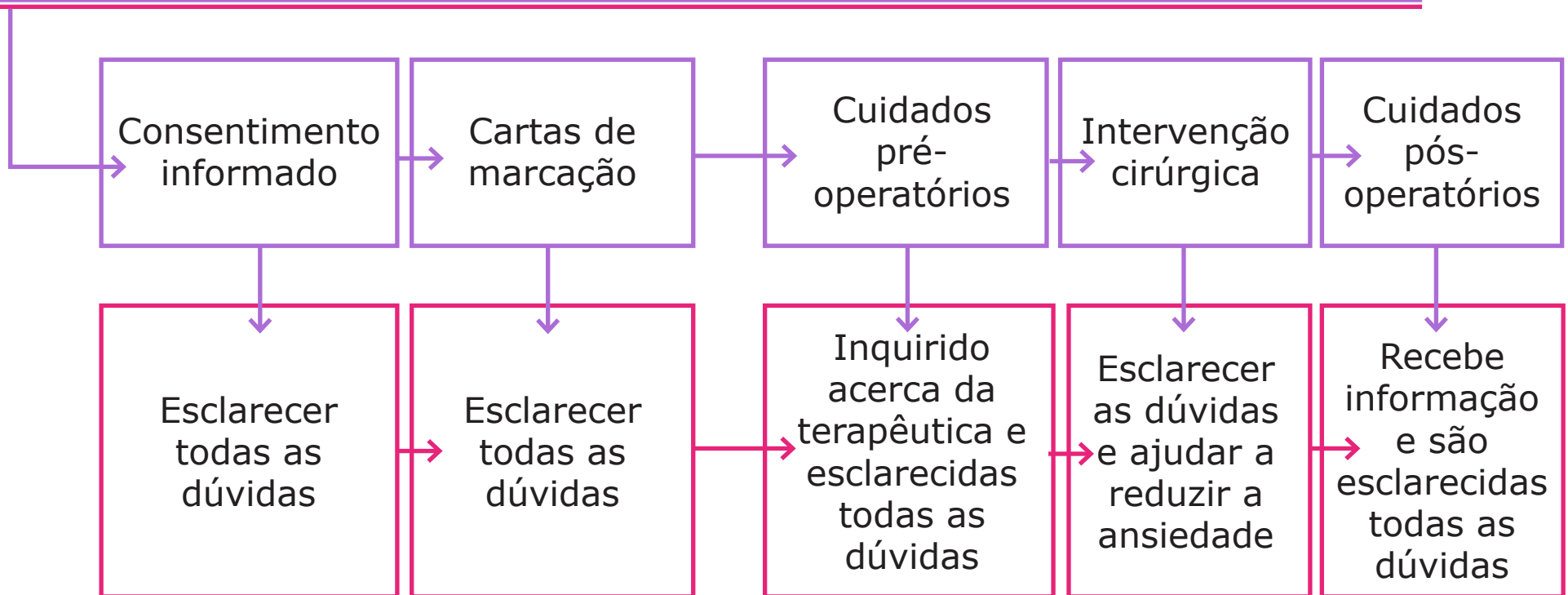
- o olho vermelho e que se vai agravando;
- dores fortes que não passam com medicação;
- dores acompanhadas de náuseas ou vômitos;
- perda de visão gradual ao longo das horas.

Não se deve preocupar com: ardor, picadas, comichão e dor palpebral.

FASES DO PROCESSO



INFORMAÇÃO À PESSOA E/OU CUIDADOR OU FAMILIAR



Contactos e horários

Horários

2.^a a 6.^a feira
8h30—17h30

Contactos diretos

E-mail: oftamologia@apdp.pt

Contactos gerais

E-mail: diabetes@apdp.pt
Telefone: 213 816 100
Extensão: 2510 / 2511

Morada

Rua Rodrigo da Fonseca, n.º1
1250-189 Lisboa

Documentos necessários:

Para além da marcação da consulta, exames ou cirurgia, deve fazer-se acompanhar pelo cartão de cidadão e cartão de subsistema de saúde.