



Gouttes oculaires et pommade ophtalmique

informations pour les patients

INTRODUCTION

Dans cette brochure, vous trouverez des informations sur l'utilisation des gouttes oculaires, appelé aussi collyres, ou de la pommade ophtalmique, ainsi qu'un schéma de médication et un mode d'emploi pour l'administration de gouttes ophtalmiques.

Vous avez consulté un ophtalmologue ou avez subi une opération des yeux. Le médecin vous a prescrit des gouttes oculaires ou une pommade ophtalmique. Vous devez utiliser ce médicament parce que vous avez une affection oculaire, par exemple un glaucome, ou pour prévenir ou guérir une infection de l'œil. Utilisez le collyre ou la pommade ophtalmique jusqu'à votre visite de contrôle chez votre ophtalmologue ou pendant la durée qu'il vous a prescrite.

POINTS IMPORTANTS

Lisez la notice pour connaître la meilleure manière de conserver le médicament et les effets secondaires possibles. Si vous n'arrivez pas à lire les petits caractères de la notice, vous pouvez demander à votre pharmacien de vous fournir une version imprimée en gros caractères.

Lorsque vous ouvrez un flacon ou un tube, faites bien attention à la date de péremption et notez la date d'ouverture sur l'étiquette du flacon ou du tube. Vous pourrez ainsi vérifier ultérieurement si vous pouvez toujours l'utiliser. Les gouttes et les pommades ophtalmiques ont généralement une durée de conservation d'un mois après ouverture. De plus amples informations sur la durée de conservation figurent généralement sur l'emballage, mais vous pouvez aussi vous renseigner auprès de votre pharmacien.

LENTILLES DE CONTACT

Si vous devez utiliser des gouttes oculaires

Mettez vos gouttes le matin avant de poser vos lentilles et/ou le soir après avoir retiré vos lentilles. Vous devez mettre des gouttes plus de deux fois par jour ? Dans ce cas, vous devrez retirer vos lentilles avant de mettre les gouttes. Si vous portez des lentilles rigides, vous pourrez les remettre tout de suite après avoir instillé les gouttes. Dans le cas de lentilles souples, il vous faudra attendre 30 minutes après l'instillation. Le conservateur contenu dans les gouttes oculaires peut en effet endommager les lentilles souples.

Si vous devez utiliser une pommade ophtalmique

Ne portez pas vos lentilles de contact pendant huit heures.

DOSAGE ET DÉLAIS

- **Si vous devez utiliser plusieurs types de collyres**
Attendez au moins cinq minutes entre chaque type de gouttes.
- **Si vous devez utiliser à la fois des gouttes et une pommade ophtalmique**
Instillez d'abord le collyre et attendez cinq minutes avant de mettre la pommade ophtalmique.
- Les collyres agissent de manière optimale si vous instillez une seule goutte (et pas plus) à la fois. Vous pouvez vous exercer en faisant tomber une goutte sur un mouchoir en papier, pour savoir avec quelle force vous devez presser le flacon ou le tube.
- **Si vous devez utiliser le même collyre ou pommade ophtalmique plus de deux fois par jour**
Essayez autant que possible de répartir les instillations sur l'ensemble de la journée, du lever au coucher.
- **Si vous devez utiliser des gouttes oculaires deux fois par jour**
Laissez un intervalle de 12 heures entre les instillations.
- Vous pouvez vous servir de ce petit tableau en guise de rappel. De cette façon, vous prendrez tous vos médicaments au bon moment, avec le bon dosage.

Nom du collyre ou de la pommade ophtalmique	G	D	Heures																		
			7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23		
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			
	...X	...X																			

Conseil : dans la colonne Heures, indiquez G (œil gauche), D (œil droit) ou 2 (les deux yeux).

INSTRUCTION POUR L'INSTILLATION D'UN COLLYRE

Si vous vous instillez vous-même les gouttes, suivez les étapes suivantes :



- 1 Lavez-vous les mains au savon et séchez-les soigneusement.



- 2 Asseyez-vous le dos bien droit. Prenez le flacon de collyre dans votre main comme si vous teniez un stylo.



- 3 Du bout des doigts de votre autre main, tirez la paupière inférieure vers le bas, faisant apparaître le cul-de-sac conjonctival inférieur. En cas d'opération des paupières ou de l'orbite, ne tirez pas sur la paupière qui a été opérée. Instillez les gouttes ou la pommade en tirant sur la paupière non opérée.



- 4 Penchez la tête en arrière et regardez vers le haut. Si vous n'arrivez pas à pencher correctement la tête en arrière, allongez-vous.



- 5 Posez la main qui tient le flacon sur la main qui tire la paupière. Amenez le flacon au-dessus de l'œil. Veillez à ne pas toucher l'œil, les paupières et les cils avec le flacon.



- 6 Pressez le flacon et déposez une goutte dans le cul-de-sac conjonctival. Fermez l'œil (sans serrer trop fort). Vous pouvez redresser la tête et vous asseoir le dos droit.



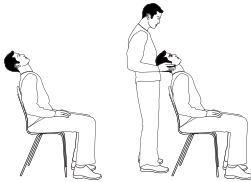
- 7 Comprimez le canal lacrymal pendant au moins une minute, en appuyant délicatement sur l'angle interne de l'œil (sur le côté du nez) afin d'éviter les effets secondaires.



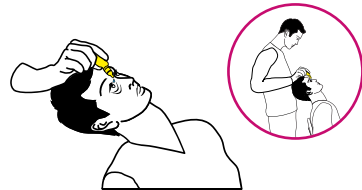
- 8 Lavez-vous les mains à l'eau et au savon et séchez-les soigneusement. Refermez le flacon de collyre. L'instillation de collyre ou de pommade ophtalmique peut induire une vision floue dans les quelques minutes qui suivent l'application, c'est tout à fait normal.

INSTILLER DES GOUTTES CHEZ UNE AUTRE PERSONNE

Si vous instillez des gouttes chez une autre personne, suivez les mêmes étapes, en appliquant quelques principes supplémentaires :



- 1 Faites asseoir le patient et placez-vous derrière lui. Demandez-lui de pencher la tête en arrière et de regarder vers le haut. La tête du patient peut reposer contre votre abdomen.



- 2 Posez vos mains sur la tempe, le front ou le nez du patient et tenez le flacon au-dessus de son œil. Veillez à ne pas toucher l'œil, les paupières et les cils avec le flacon.



- 3 Demandez au patient de tirer délicatement sa paupière inférieure vers le bas avec l'index, afin de faire apparaître le cul-de-sac conjonctival. Vous pouvez éventuellement le faire vous-même à l'aide de votre pouce. En cas d'opération des paupières ou de l'orbite, ne tirez pas sur la paupière opérée: administrez les gouttes ou la pommade en tirant sur la paupière non opérée.



- 4 Pressez le flacon et déposez une goutte dans le cul-de-sac conjonctival. Le patient comprimera ensuite le canal lacrymal pendant une minute; il peut redresser la tête.

AIDES

Si vous éprouvez des difficultés à instiller vos gouttes oculaires, vous pouvez demander conseil à votre pharmacien, à un organisme de soins à domicile ou à votre ophtalmologue. Ils pourront également vous fournir des informations sur les techniques et aides possibles pour l'administration de collyre. Le choix du dispositif dépend du flacon de collyre que vous utilisez et du problème éventuel que vous rencontrez lors de l'utilisation de collyre et de pommade ophtalmique.

© mars 2023 UZ Leuven

Ce texte et ses illustrations ne peuvent être reproduits qu'avec l'accord du service Communication de l'UZ Leuven.

Conception et réalisation

Ce texte a été rédigé par le département des maladies oculaires de l'UZ Leuven en collaboration avec l'Association mondiale des hôpitaux ophtalmologiques, l'hôpital ophtalmologique de Rotterdam et le service de communication de l'UZ Leuven. Nos remerciements à Henri Ritzen pour les illustrations.



Cette brochure peut également être consultée sur www.uzleuven.be/fr/brochure/700730.

Les remarques ou suggestions concernant cette brochure peuvent être adressées à communicatie@uzleuven.be.

Éditeur responsable
UZ Leuven
Herestraat 49
3000 Leuven
tél. 016 33 22 11
www.uzleuven.be

 mynexuzhealth



Consultez votre dossier médical
sur nexuzhealth.com ou

