AUGENPRAXIS für GROSS und KLEIN

Nach der Staroperation

Wie lange muss mit körperlichen Anstrengungen nach der Staroperation ausgesetzt werden?

Grundsätzlich gilt: Alles ist erlaubt. Nur mit schweißtreibender, körperlicher Arbeit und schweißtreibendem Sport sollte eine Woche ausgesetzt werden. Jegliche Tätigkeit, die zu einer Verletzung der Augen führen könnte, sollte 4 Wochen unterlassen werden.

Im Einzelnen gelten folgende Empfehlungen:

Ernährung:

Alkohol in Maßen	sofort
Rauchen in Maßen	1 Tag danach

Körperpflege:

Auge abtupfen	1 Tag danach
Auge säubern	1 Tag danach
Duschen / Wannenbaden	1 Tag danach
Haare waschen	3 Tage danach
Sauna	4 Wochen danach
Schminken	3 Tage danach

Straßenverkehr:

Auto fahren	Erst nach Rücksprache mit dem Operateur ist die aktive Teilnahme am Straßenverkehr wieder erlaubt.
Bahn fahren	sofort
Bus fahren	sofort
Flugreisen	1 Tag danach
Öffentliche Verkehrsmittel	sofort
Rad fahren	1 Tag danach
Taxi fahren	sofort

Körperliche Tätigkeit:

Bücken / Schuhe binden	sofort
Einkaufen gehen	1 Tag danach
Gartenarbeit, leicht	1 Tag danach
Geschlechtsverkehr	1 Tag danach
Schwerheben	1 Tag danach
Hund ausführen	1 Tag danach

Allgemein:

Husten	sofort
Niesen	sofort
Treppen steigen	sofort
Weinen	sofort

Freizeit / Sport

Ball spielen	1 Woche danach
Golf spielen	1 Woche danach
Gymnastik, leicht	1 Tag danach
Joggen	1 Woche danach
Reitsport	1 Woche danach
Schwimmen ohne Brille	3 Wochen danach
Segeln	1 Tag danach
Spazieren gehen	sofort
Tauchen	4 Wochen danach
Tennis	1 Woche danach
Tischtennis	1 Woche danach
Wandern	1 Woche danach