sehkraft
AUGENZENTRUM KÖLN

VERHALTEN NACH LINSEN-OP

Damit Ihr Heilungsprozess optimal verlaufen kann, empfehlen wir Ihnen bei Ihren alltäglichen Aktivitäten sowie für die Rubriken Freizeit/Sport und Beauty folgende Zeiträume einzuhalten:

SPORT / FREIZEIT	WIEDER MÖGLICH NACH
Fahrrad fahren (mit Schutzbrille)	2 Tagen
Laufen/Joggen (mit Schutzbrille)	1 Woche
Golf	1 Woche
Fitnessstudio	1 Woche
Skifahren	2 Wochen
Tennis (Ascheplatz und Halle)	2 Wochen
Reitsport	3 Wochen
Ballsport (Volleyball/Fußball)	3 Wochen
Surfen	3 Wochen
Schwimmen (im Meer und Hallenbad)	3 Wochen
Kampfsport	6 Wochen
Tauchen	6 Wochen

ALLTÄGLICHE AKTIVITÄTEN	WIEDER MÖGLICH NACH
Duschen	1 Tag
Rauchen	1 Tag
Fliegen als Passagier	1 Tag
Sex	1 Tag
Lesen	1 Woche
Bildschirmarbeit	1 Woche
Selber Auto fahren	Entscheidung 1 Woche nach OP
Augen reiben	3 Wochen
Fliegen als Pilot	6 Monaten

BEAUTY	WIEDER MÖGLICH NACH
Friseur	1 Woche
Schminken	3 Wochen
Wimpern färben	3 Wochen
Sonnenbank	3 Wochen
Sauna	4 Wochen

Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie weitere Fragen haben. Wir sind gerne für Sie da.

Ihr
sehkraft Team

Wolfsstraße 16 · 50667 Köln Fon +49 (0)221 - 8 6016 - 0 · Fax +49 (0)221 - 8 6016 - 99 mail@sehkraft.de · sehkraft.de

Stand: 04/2023