

خودمراقبتی در کاتاراکت



کد فرم: M-P.PH/86NM

واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

*** واحد گرافیک بیمارستان میلاد ***

علائم هشدار

در صورت داشتن درد شدید که با مسکن کم نشود، تشدید تورم پلک و قرمزی چشم یا کم شدن بینایی، با پزشک خود سریعاً تماس بگیرید و در صورتی که به جراح خود دسترسی نداشتید، به درمانگاه اورژانس چشم مراجعه کنید.

مراجعه بعدی به مطب

پس از جراحی آب مروارید (کاتاراکت) مراجعه مرتب به پزشک به منظور معاینه و بررسی روند بهبودی از اهمیت بالایی برخوردار است.

با آرزوی سلامتی برای شما، جهت کسب اطلاعات و پیگیری، می توانید از راههای زیر اقدام فرمایید:

آدرس: لاهیجان، ابتدای ضلع شمالی بزرگراه لاهیجان به لنگرود

شماره تماس: ۰۱۳-۴۲۴۴۵۲۵۲

وبسایت بیمارستان: www.milad-hospital.com

اینستاگرام: MiladHospital.Lahijan

- پس از چکاندن قطره به داخل چشم به مدت سی ثانیه چشم خود را ببندید.
- پس از باز کردن چشم ها و در صورت ریختن اشک یا ماده جذب نشده، به کمک دستمال تمیز آن را خشک نمایید.
- چنانچه پزشک تشخیص دهد که دو قطره به صورت همزمان در چشم ریخته شوند، هر کدام را با فاصله زمانی ۵ دقیقه استفاده کنید.

پانسمان چشم

پانسمان چشم تا یک روز پس از عمل بر روی چشم باقی مانده و فردای جراحی ابتدا چسب های اطراف پانسمان با احتیاط برداشته می شوند. سپس اطراف چشم با گاز استریل تمیز شده و قطره چشمی که برای پانسمان تجویز شده در چشم چکانده خواهد شد و خیزی اطراف چشم باز هم با گاز استریل خشک می شود. چشم بعد از این بدون پانسمان رها می شود. (جز در مواردی که توسط پزشک دستور پانسمان مجدد داده شده باشد).

آب مروارید عارضه ایست که ممکن است بسیاری از افراد با بالا رفتن سن خود با آن مواجه شوند. این عارضه قابل درمان بوده و معمولاً با جراحی برطرف می شود. اما برای کسب نتایج مطلوب رعایت یک سری نکات و مراقبت ها از اهمیت بالایی برخوردار می باشد.

رژیم غذایی در منزل

پس از جراحی آب مروارید ، محدودیت غذایی برای بیمار وجود ندارد، اما توصیه می شود در ساعات اولیه و نهایتاً در روز اول بیشتر از مایعات و غذاهای نرم که نیاز به جویدن ندارند همچون سوپ استفاده کنید.

دارو در منزل

داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج (آنتی بیوتیک ها ضد دردها ، ضد التهاب و...) را باید در فاصله زمانی معین و دوره کامل مصرف کنید .

مراقبت های بعد از جراحی

چنانچه پس از عمل درد و ناراحتی داشتید و وجود جسم خارجی در چشم خود احساس کردید، نگران نشوید چرا که تا مدتی بعد از این عوارض عمل طبیعی هستند.

اشک ریزش خفیف و ترشح مختصر نیز شایع است. دید شما در چند روز اول بعد از عمل جراحی ممکن است کامل نباشد که احتمالاً به علت ورم موقتی قرنیه و با وجود بخیه ها پدید آمده است.

روز بعد از عمل با گاز استریل پلک های خود را تمیز کنید. سپس یک محافظ روی چشم خود بگذارید، موقع خواب محافظ روی چشم برداشته نشود

بعد از عمل جراحی از مالیدن چشم خود به مدت یک هفته جدا خودداری کنید.

پس از جراحی آب مروارید از خوابیدن به سمت چشم عمل شده و به روی شکم خودداری کنید

خم شدن (سجده رفتن) و بلند کردن وزنه یا شیء سنگین به مدت یک هفته ممنوع می باشد.

از سرفه کردن، زور زدن در هنگام اجابت مزاج ، تغییر ناگهانی سر و بلند کردن اجسام سنگین خودداری نمایید.

اگر قبل از عمل دارویی مصرف می کردید (به غیر از آسپرین و دارو های ضد انعقادی که حتماً باید با پزشک خود مشورت کنید) به مصرف آن ادامه دهید

نحوه استفاده از قطره های چشمی

- ابتدا دست های خود را با آب و صابون بشویید.
- سر خود را کمی به عقب متمایل سازید.
- کمی پلک پایینی را به سمت پایین بکشید.
- گوشه داخلی چشم را به کمک انگشت اشاره فشار داده و سپس قطره را بچکانید. این کار از ورود قطره به درون مجرای اشکی و خروج از طریق بینی جلوگیری می کند.
- توجه داشته باشید که نوک قطره با داخل چشم یا مژه ها برخورد نکند.