



مرکز آموزشی درمانی چشم نیکوکاری

آموزش بیمار

## مراقبت های بعد از جراحی چشم

سوپروایزر آموزشی

۱۳۹۳

با استفاده از یک دستمال تمیز قطره های اضافی را  
از روی لبه ی پلک پاک کنید .

درپوش قطره چکان را بلافاصله بعد از مصرف  
ببندید .

همیشه حداقل ۵ تا ۱۰ دقیقه بین ریختن دو نوع  
قطره باید فاصله باشد .

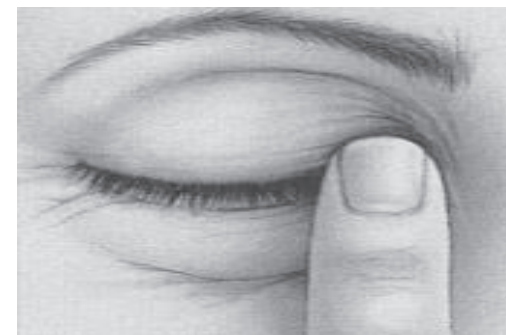
اگر لازم است که قطره و پماد چشمی را با هم  
مصرف کنید ، بهتر است که همواره قطره را اول  
بریزید و سپس پماد را داخل چشم بگذارید .

اگر قطره باعث تاری دید می شود ، از رانندگی و  
کار با ماشین هایی که به دید دقیق نیاز دارند،  
خودداری کنید.

قطره ها را براساس دستورات روی آنها در موقع  
مقتضی دور ببندازید. (معمولاً بقطره ها ، بعد از باز  
کردن حداکثر تا یک ماه قابل استفاده می باشند).

قطره چکان با پلک و یا چشم تماس پیدا نکند .  
از ریختن قطره روی قرنیه ( قسمت رنگی چشم )  
خودداری کنید . چون موجب تحریک چشم ،  
ریزش اشک و در نتیجه دفع دارو از چشم  
می شود .

چشم های خود را ببندید و آنها را مالش  
ندهید . با نوک انگشت ، به آرامی روی لبه پلک  
قسمت داخلی ( سمت بینی ) فشار آورید تا از  
خروج قطره توسط دستگاه تخلیه اشک  
جلوگیری شود . ( به مدت دو دقیقه یا بیشتر )



## مراقبت های بعد از عمل جراحی چشم :

۱ - بعد از عمل ، یک پانسمان یا فقط محافظ چشمی روی چشم گذاشته می شود .

۲ - تا یک هفته بعد از عمل ، به هنگام خوابیدن ، از قرار گرفتن به سمت چشم عمل شده اجتناب کنید .

۳- از مالش دادن چشم عمل شده خودداری نمائید .

۴- روز بعد از عمل می توانید از گردن به پایین را شستشو دهید اما مهم است که صابون یا شامپو با چشم عمل شده تماس نداشته باشد . بعد از ۵ روز می توانید دوش بگیرید یا از شامپو استفاده کنید .

۵- فعالیت های معمولی مانند قدم زدن ، تماشای تلویزیون و مطالعه کردن اشکالی ندارد . از انجام ورزش های سنگین و برداشتن اجسام سنگین ( بیش از ۹ کیلوگرم ) تا مدتی بعد از عمل خودداری نمائید .

۶ - در مورد رانندگی از پزشک خود سوال کنید .

اما بهتر است تا مراجعه اول به درمانگاه ، از انجام رانندگی خودداری نمائید.

۷ - از انجام ورزش هایی مانند شنا کردن به مدت ۲ - ۱ ماه خودداری نمائید .

۸- تا چند هفته از وسایل آرایشی چشمی استفاده نکنید .

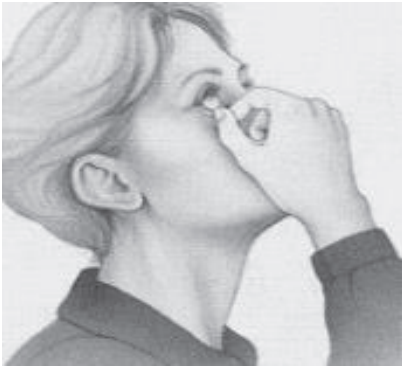
۹- هیچ گونه منع تغذیه ای وجود ندارد ، در صورت داشتن نفخ از سبزیجات ، غذاهای فیبردار و مایعات زیاد استفاده کنید .

۱۰ - استفاده مرتب و به موقع داروهای تجویز شده الزامی است .

۱۱ - مراجعه به موقع ، جهت معاینات و پی گیری در زمان تعیین شده ضروری است .

چگونه از قطره های چشمی استفاده کنیم ؟  
دست های خود را بشویید .

سر خود را به عقب خم کرده ، به سقف اتاق نگاه کنید . به آرامی پلک پایین را به طرف جلو بکشید تا حفره ای ایجاد شود.



تعداد مشخصی از قطره ها را ( معمولاً یک قطره ) داخل این حفره بریزید . سر

