



مرکز آموزشی درمانی چشم نیکوکاری

آموزش بیمار

مراقبت های بعد از جراحی کاتاراکت (آب مروارید)

تهیه و تنظیم: عزیزی
زیر نظر آقای دکتر جوادزاده
۱۳۹۳

- چشم های خود را به آرامی ببندید و از فشردن پلک ها و مالیدن آن ها خودداری نمایید. 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)
- درپوش قطره چکان را بلافاصله بعد از مصرف ببندید .
- در صورتی که از قطره ی دیگری نیز استفاده می نمائید لازم است حداقل ۵ تا ۱۰ دقیقه بین ریختن دو نوع قطره فاصله باشد .
- بهتر است ریختن قطره ها در حالت درازکش به پشت انجام شده و مدت ده دقیقه تامل نموده و سپس بلند شوید.

مراقبت های بعد از عمل جراحی کاتاراکت :

۱ - تا زمانی که پزشک معالج صلاح بداند محافظ چشمی را بخصوص هنگام خواب به چشم داشته باشید.

۲ - محافظ پلاستیکی قابل شستشو است روزانه با آب و صابون شستشو داده شود.

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 .

۶- از انجام ورزش های سنگین و برداشتن اجسام سنگین (بیش از ۹ کیلوگرم) تا مدتی

بعد از عمل خودداری نمائید .

۷ - در مورد رانندگی از پزشک خود سوال کنید . .

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

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

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

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

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

۱۳- به محض ایجاد درد چشم ، کاهش دید و ترشح چرکی از چشم فوراً به پزشک مراجعه کنید.

۱۴- بهتر است قطره ها توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود.

چگونه از قطره های چشمی استفاده کنید؟

- 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 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 .