



کاتاراکت (آب مروارید)

و مراقبت های بعد از جراحی

تهیه و تنظیم کننده:

دکتر فلاحی مطلق — فوق تخصص قرنیه (رئیس اتاق عمل)

روبا سلمان پور — کارشناس ارشد پرستاری

مرکز آموزشی درمانی نیکوکاری تبریز

تاریخ تهیه: بهار ۱۴۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۱۲/۱۵

<https://nikukarihosp.tbzmed.ac.ir>

درب را حین ریختن قطره روی زمین نگذارید تا آلوده نشود.



در صورتیکه از قطره دیگری نیز استفاده می نمایید 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.

قطره های آرتلاک را بعد از باز کردن و استفاده، باید در یخچال بگذارید و تا ۲۴ ساعت استفاده کنید و باقیمانده را دور بیندازید.



منابع: برونر چشم _ اصول و مبانی چشم پزشکی کاربردی

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.

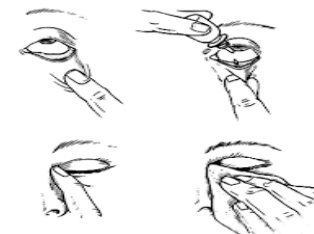


یک قطره داخل این حفره بریزید. سرقطره چکان با پلک و یا چشم تماس پیدا نکند. از ریختن قطره روی قرنیه (قسمت رنگی چشم) خودداری کنید. چون موجب تحریک چشم، ریزش اشک و در نتیجه دفع از چشم می شود.

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، به مدت ۲-۳ دقیقه) فشار آورید تا از خروج قطره توسط دستگاه تخلیه اشک جلوگیری شود.

در پوش قطره چکان را بلافاصله بعد از مصرف ببندید و



کاتاراکت یا آب مروارید

آب مروارید یا کاتاراکت عبارت است از کدورت یا مات شدن عدسی چشم. آب مروارید می تواند در هر سنی در یک یا دو چشم دیده شود. سه نوع شایع آن کاتاراکت مادرزادی، کاتاراکت ناشی از ضربه و کاتاراکت سالمندی است.

تاری دید بدون درد، از ویژگی های کاتاراکت است و بیمار اغلب حس می کند محیط اطرافش تاری شده و عینک او نیاز به پاک کردن دارد. دقت بینایی در او کاهش یافته، نقطه های نورانی به صورت پراکنده حس می کند.

از اثرات دیگر بیماری، آستیگماتیسم؛ دوربینی یک چشمی و برگشت توانایی انجام کارهای نزدیک بدون داشتن عینک می باشد.

درمان طبی مطلوب پیشگیری است. باید به بیماران راههای کاهش ابتلا به کاتاراکت مانند کنار گذاشتن سیگار، کاهش وزن، کنترل مطلوب قند خون در بیماران دیابتی و استفاده از عینک های ضد آفتاب در محیط بیرون برای پیشگیری از تشکیل زود هنگام آب مروارید آموزش داده شود.

عوامل خطر تشکیل کاتاراکت

- افزایش سن
- بیماریهای چشمی(عفونتهای چشمی، نزدیک بینی، جراحی شبکیه)
- عوامل سمی(سوختگی شیمیایی، مصرف آسپرین، سیگار، مصرف طولانی مدت کورتونها)

- عوامل تغذیه ای (چاقی، سوء تغذیه، کاهش سطح مواد آنتی اکسیدان)
- عوامل فیزیکی (ضربه های نافذ، اسهال مزمن، استفاده از اکسیژن با غلظت بالا، مواجهه با اشعه ایکس و اشعه ماورا بنفش خورشید)
- بیماریها(دیابت، اختلال در متابولیسم چربی، بیماریهای کلیوی)

مراقبت های بعد از عمل جراحی کاتاراکت

- ۱- تا یک هفته شبها محافظ چشمی را به چشم داشته باشید و در هنگام روز از عینک آفتابی استفاده کنید.
- ۲- محافظ پلاستیکی فقط برای حفاظت از ضربه می باشد و قابل شستشو است روزانه با آب و صابون شستشو دهید.
- ۳- از مالش دادن چشم عمل شده خودداری نمایید.
- 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 ۳-۵ روز بنا به صلاحدید پزشک معالج می توانید دوش بگیرید.
- 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 ۷ کیلوگرم) تا مدتی بعد از عمل خودداری نمایید.
- ۷- به هنگام بالا و پایین رفتن از پله ها دقت کنید.

۸- از خم شدن یا ایستادن به مدت طولانی اجتناب کنید.

۹- در مورد رانندگی بهتر است تا مراجعه به پزشکی جهت ویزیت بعد از عمل رانندگی نکنید و از پزشک خود سوال کنید.

۱۰- از انجام ورزش هایی مانند شنا کردن به مدت ۱ ماه خودداری نمایید.

۱۱- تا ۶ هفته از وسایل آرایشی چشمی استفاده نکنید.

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

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

۱۴- مراجعه به موقع، جهت معاینات و پیگیری در زمان تعیین شده ضروری است.

۱۵- به محض ایجاد درد چشم که با مسکن بهبود نیابد، کاهش دید ناگهانی، قرمزی و ترشح چرکی و جرقه نورانی از چشم، فوراً به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید.

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

چگونه از قطره های چشمی استفاده کنید؟

دست های خود را بشویید.

