



آب مروارید

بهار ۱۴۰۳

تأییدکننده: خانم دکتر خلیلی

متخصص چشم

تهیه و تنظیم: خانم گیلانی زاده

منبع: برونر سودارث



رعایت موارد زیر از اهمیت ویژه ای برخوردار است؛

* دقیقاً طبق دستور پزشک، دارو را مصرف کنید.

* دفعاتی که باید پماد یا قطره استفاده شود را فراموش نکنید.

* اگر از پماد و قطره در یک چشم استفاده می کنید، همیشه ابتدا

قطره را در چشم بریزید و پس از ۵ دقیقه از پماد استفاده کنید.

* در فصل تابستان بهتر است پماد و قطره ها را در فواصل مصرف

در یخچال نگه دارید.

* اجازه ندهید دیگران از قطره یا پمادهای شما استفاده نمایند.

* قطره و پماد را پس از دو هفته از اولین مصرف دور بیندازید.

* قطره و پماد را دور از دسترس کودکان نگه دارید.

* در هر بار مراجعه، داروهای چشمی خود را همراه داشته باشید.

علائم طبیعی

علائم چشمی که در ادامه ذکر می شوند طبیعی بوده و نگران

کننده نمی باشند: قرمزی خفیف، آبریزش خفیف، تارب دید،

احساس جسم خارجی و افتادگی مختصر پلک بالا؛ این علائم باید

به تدریج و ظرف ۴ تا ۶ هفته پس از عمل از بین بروند.

علائم هشدار دهنده

در موارد درد فزاینده، ترشح، ورم پلک و متحمة، کاهش دید در

چشم عمل شده و نیز تهوع و استفراغ باید فوراً به پزشک مراجعه

کنید.

استفاده از لوازم آرایشی

باید از آرایش کامل چشمها به مدت ۴ تا ۶ هفته خودداری شود.

بهتر است تا زمانی که از قطره های پس از عمل استفاده می کنید

از آرایش چشم ها اجتناب گردد.

رژیم غذایی

محدودیتی در رژیم غذایی وجود ندارد و می توانید رژیم غذایی

معمول خود را ادامه دهید. البته باید رژیم غذایی که به دلیل

بیماری های زمینه ای (مثل دیابت و فشارخون) داشته اید را

رعایت کنید. برای جلوگیری از بیبوست رژیم غذایی حاوی مقادیر

کافی فیبر و مایعات مصرف نمایید.

رانندگی

هرگز بدون مجوز چشم پزشک و به ویژه در شب رانندگی نکنید.

در مورد نیاز به استفاده از عینک (آفتابی و یا طبی) برای رانندگی

حتماً با پزشک خود مشورت نمایید.

فعالیت های شغلی

بسته به نوع شغلی که دارید می توانید ۱ تا ۴ هفته پس از عمل

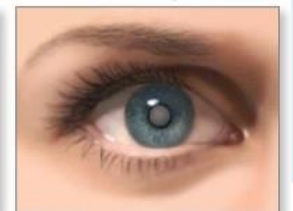
فعالیت های شغلی را از سر بگیرید، ولی قبل از آن با پزشک خود

مشورت کنید.

Normal, clear lens



Lens clouded by cataract



فعالیت های روزانه

می توانید فعالیت های معمول روزانه شامل پیاده روی عادی و تماشای تلویزیون را یک روز بعد از عمل از سر بگیرید. البته باید از فعالیت های بدنی سنگین و شدید مثل بلند کردن اجسام سنگین ، بیل زدن، ورزش های ایروبیک تا ۱ ماه و ورزش های رزمی تا ۲ ماه اجتناب شود.

در عمل آب مروارید، در طی یک تا دو هفته پس از عمل، نماز را نشسته به جای آورید و سر خود را برای سجده به پایین خم نکنید.

اصلاح صورت

اصلاح صورت بعد از عمل مانعی ندارد.

شستشوی صورت

در ۲ تا ۳ روز اول بعد از عمل از پاشیدن آب با فشار به صورت و چشم ها خودداری کنید. می توانید از یک حوله تمیز و مرطوب برای پاک کردن صورت و تمیز کردن دور چشم ها و پلک ها استفاده نمایید.

حمام گرفتن

شستشوی بدن (از گردن به پایین) بعد از روز اول مانعی ندارد، اما از دوش گرفتن یا حمام در وان تا ۷۲ ساعت بعد از عمل خودداری شود. البته توصیه می شود قبل از استحمام با پزشک خود مشورت نمایید. می توان برای شستشوی موها، سر را به عقب خم کنید تا قطرات آب به داخل چشم نریزند. می شود قبل از استحمام با پزشک خود مشورت نمایید. می توان برای شستشوی موها، سر را به عقب خم کنید تا قطرات آب به داخل چشم نریزند.

3

تشخیص این بیماری با معاینه بوده و توسط چشم پزشک تایید می شود.

علل کاتاراکت چیست؟

بیشترین موارد کاتاراکت به علت افزایش سن بوجود می آید.

سایر علل عبارتند از: سابقه خانوادگی آب مروارید. -

بیماریهایی مانند دیابت

سابقه اصابت ضربه به چشم

در معرض نور خورشید بودن یا اشعه به مدت طولانی

جراحیهای قبلی چشمی

مصرف سیگار - مصرف طولانی مدت داروهای مانند

کورتونها

مراجعات پس از عمل

همواره نخستین مراجعه بعد از عمل، باید اولین روز پس از

جراحی باشد و در مورد معاینات بعدی باید با پزشک خود

مشورت نمایید فراموش نکنید که همیشه در مراجعات بعدی

داروهایتان را همراه خود بیاورید

حفاظت از چشم

همانطور که پزشک شما توصیه می کند در هفته اول پس از

عمل از پوشش محافظ چشم (شیلد سوراخ دار) به ویژه در

هنگام خواب استفاده نمایید. برای اجتناب از آزار به چشم و

نور شدید بهتر است از عینک های آفتابی محافظ در طول

روز به خصوص بیرون از منزل استفاده کنید.

2

ذکر این نکته ضروری است که عمل جراحی آب مروارید با سایر اعمال جراحی چشم متفاوت است و از این رو دستورات پس از عمل نیز ممکن است تا حدودی با دستورات پس از عمل سایر جراحی های چشم تفاوت داشته باشد.

کاتاراکت (آب مروارید) چیست؟

به کدر شدن عدسی چشم، آب مروارید یا کاتاراکت گفته می شود. در این حالت عدسی مانند یک پنجره مه گرفته یا زرد است. میزان کدورت عدسی در چشمهای مختلف متفاوت است.

نکته:

کاتاراکت یک پرده در جلوی چشم نمی باشد.

کاتاراکت در اثر استفاده زیاد از چشم ایجاد نمی شود.

کاتاراکت مسری نبوده و از یک چشم به چشم دیگر نیز منتقل نمی شود.

کاتاراکت باعث کوری برگشت ناپذیر نمی شود.

علائم بیماری کاتاراکت چیست؟

تار شدن دید بدون درد - حساسیت به نور

اختلال دید در شب - دو بینی در یک چشم

احتیاج نور بیشتر برای مطالعه - محو و یا زرد شدن رنگها

1