

آموزش های چشم

برای دریافت اطلاعات بیشتر بر روی آموزش مورد نظر کلیک نمایید.

آنتروپيوم

حرکت لبه پلك به سمت داخل می باشد که مانع ورود مایع اشک به کانال های اشکی می شود.....

انسداد
مجرای
اشکی

اشک چشم موجب مرطوب شدن کره چشم و پاکیزگی آن می شود و پس از شستشوی.....

بلفاروبلاستی

افتادگی پلك شل شدن و از دست رفتن قوام پوست در ناحیه پلك بالا است که باعث چین خوردن.....

پروبینگ

عمل پروبینگ يك روش جراحی است که حدوداً ۱۰ دقیقه طول می کشد و يك پروب نازک.....

کاتاراکت

کاتاراکت (آب مروارید) تاری دید در اثر کدر یا مات شدن عدسی چشم می باشد.

گل مژه

آبسه کوچک به صورت یک توده متورم، دردناک و قرمز با سر زرد رنگ است که در لبه پلك.....

ناخنک

ناخنک رشد ملتحمه به صورت یک بافت اضافی داخل عروق به رنگ ارغوانی و مثلثی از ناحیه.....



آنتروپيوم

حرکت لبه پلك به سمت داخل می باشد که مانع ورود مایع اشک به کانال های اشکی می شود و خشکی چشم و التهاب مزمن به دنبال دارد، به این علت پزشک به شما پیشنهاد عمل جراحی می کند.

• چگونه این عمل انجام می شود؟

در این عمل پوست و ماهیچه در پلك بالا بریده شده و چربی اضافه که موجب پف پلك شده خارج می شود. بعد از عمل زخم با یک نخ بخیه بسیار ظریف بخیه می شود تا درآینده جای زخم مشخص نباشد

چه عوارضی بعد از عمل می تواند وجود داشته باشد؟

خونریزی و کبودی پوست دور چشم به خاطر خونریزی

ضعیف شدن قدرت دید بخصوص در روزهای اول که چشمها ورم دارند

تحریک موقت چشم توسط مواد ضد عفونی کننده

ورم دور چشم که تا سه روز اوج می گیرد و از روز چهارم دوباره کم می شود

، معمولا با بالا رفتن سن بهبودی زخمها زمان بیشتری نیاز دارن عفونت و

گاهی نیاز به عمل مجدد

• به چه مواردی باید بعد از عمل دقت کرد؟

* تا یک روز پس از عمل پلك رانندگی نکنید.

* اگر ورم دور چشم روز به روز زیاد می شود و یا لبه پلك از کره چشم فاصله دارد و یا چشم به صورت کامل بسته نمی شود. این موارد در ۴ روز اول عادی هستند.

* خروج بدون اختیار اشک از گوشه چشم موقتی است. در بعضی افراد ممکن است روزهای اول دید چشم واضح نباشد، این به دلیل ورم است.

* پوستی که ورم میکند خارش دارد که می توان با چرب کردن مثلا با پماد جنتاماسین چشمی برطرف کرد.

* دوش گرفتن از روز بعد از عمل مانعی ندارد.

* استفاده از کمپرس سرد و خنک کردن محل عمل ساعتی یک مرتبه و هر مرتبه ۱۰ ثانیه تورم را کم می کند که باعث جلوگیری از کبودی و تسکین دهنده می باشد.

* از خم کردن صورت به جلو در ۴ روز اول پرهیز شود.

تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.



انسداد مجرای اشکی

اشک چشم موجب مرطوب شدن کره چشم و پاکیزگی آن می شود و پس از شستشوی سطح چشم از طریق مجرای به بینی راه پیدا کرده و تخلیه می شود. اگر این مجرا بسته شود تخلیه اشک دچار مشکل می شود.

• علل:

۱) مادرزادی که در کودکان شایع است. (۲) اکتسابی: معمولا در سنین ۶۰-۵۰ سالگی و به خصوص در خانمها بیشتر ایجاد می شود.
علائم: اشکریزش دائمی از چشم، درد و تورم و قرمزی گوشه داخلی چشم و اطراف کاسه چشم (در صورت التهاب)، در موارد شدید خروج ترشحات چرکی از ناحیه مجرای اشکی. در صورت عدم درمان عفونت دورتادور چشم را درگیر می کند.

- **درمان:** استفاده از کمپرس آب گرم و تجویز آنتی بیوتیک . ولی اغلب اوقات باز کردن مجری اشکی به روش جراحی DCR یا میل زدن یا سونداژ در اطفال انجام می شود.
- **عمل جراحی DCR:** نوعی عمل جراحی در انسداد مجرای اشکی است که یک مسیر برای عبور اشک بین چشم و بینی ایجاد می کنند.
- **عوارض عمل:** کبودی و تورم محل عمل بعد از کشیدن بخیه (در ۱۰-۷ روز بعد عمل) ، عمل مجدد در اثر انسداد ناشی از تشکیل بافت تازه، احتمال خونریزی (پرهیز از مصرف آسپرین، اطلاع پزشک از مصرف وارفارین یا هپارین). گاهی ممکن است حین ترمیم، بافت تازه تشکیل شده دوباره باعث انسداد مجرا شده و عمل مجدد نیاز باشد.

• توصیه های پس از عمل:

خونریزی مختصری از بینی که اگر بلافاصله بعد از عمل باشد جراح در اتاق عمل داخل بینی را پانسمان می کند. اگر خونریزی بینی پس از خروج از بیمارستان باشد: فشردن ملایم پره های بینی ۱۰ دقیقه و گذاشتن یخ روی بینی می باشد.

بعد عمل جراحی بیمار بصورت نیمه نشسته قرار بگیرد. مش بینی روز بعد عمل توسط پزشک یا پرستار از بینی خارج شود. بعد از ۲۴ ساعت بعد عمل با نظر پزشک معالج از کمپرس گرم استفاده شود. بیمار روز بعد از عمل میتواند حمام کند. قطره و داروهای خوراکی طبق نظر پزشک معالج مصرف شود. بهتر است قطره توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود.

جهت کشیدن بخیه ها یک هفته تا ۱۰ روز بعد از عمل به پزشک معالج مراجعه شود. بر روی محل جراحی (گوشه داخلی چشم) فشار وارد نکند. لوله سیلیکون (شیلینگ داخل مجرای اشکی) حدود ۶ ماه بعد عمل با نظر پزشک معالج خارج می شود. شستشوی داخل بینی با سرم نمکی رقیق شده انجام شود. از سرفه و عطسه شدید تا یک هفته بعد از عمل خودداری شود. روز بعد از ترخیص و یک هفته بعد از عمل به پزشک معالج خود مراجعه کند. تا دو هفته فین نکند چون باعث خونریزی می شود. تا یک هفته باید استراحت کند و تا ۱۲ ساعت بعد عمل از خوردن نوشیدنی های داغ پرهیزد.

تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.



بلفاروبلاستی (ترمیم افتادگی و پف پلک)

افتادگی پلک : شل شدن و از دست رفتن قوام پوست در ناحیه پلک بالا است که باعث چین خوردن و آویزان شدن پلک و بیرون زدن چربی به صورت پف بالای چشم می شود.

جراحی زیبایی پلک بالا :

شامل برداشتن ظریف پوستها و چربیهای اضافه داخل پلک می باشد . عمل جراحی معمولا تحت بی حسی موضعی انجام می شود .

مراقبت های بعد از عمل جراحی:

* بعد از عمل در حالی که بیمار دراز کشیده تا نیم ساعت پک زله ای سرد را روی چشم و موضع عمل قرار دهید و بعد از نیم ساعت به تشخیص پزشک فرد می تواند به خانه برگردد. بهتر است هنگام دراز کشیدن زیر سر کمی بلند باشد

* تا ۴۸ ساعت بعد از عمل باید از کمپرس سرد استفاده کرد. انجام کمپرس سرد بستگی به نظر پزشک دارد (توصیه می شود در روز اول هر نیم ساعت، روز دوم هر یک ساعت و روز سوم هر دو ساعت یکبار بمدت ۲۰ دقیقه از کمپرس سرد استفاده کند).

* بعد از عمل پانسمان گذاشته نمی شود و فقط پماد موضعی روی خط جراحی استفاده می شود. اگر به هر دلیلی موضع عمل دچار خونریزی شد می توان به آرامی با گاز استریل ۱۰-۵ دقیقه روی چشم فشار وارد کرد و روی چشم کمپرس سرد گذاشت .

* در مدت استراحت ، بیمار باید از انجام هر کاری که به چشم فشار وارد می کند ، خودداری شود .

از خم شدن، حرکت شدید یا بلند کردن اجسام سنگین (بیش از ۲ کیلوگرم) تا بهبودی نسبی خودداری کنید.

زیاد لبخند نزنید یا بیش از اندازه فریاد نزنید. این کار باعث ایجاد فشار عضلانی در اطراف ناحیه یا شلی می شود.

* جهت شستشوی چشمها در دو روز اول از سرم فیزیولوژیک و بعدا آب جوشیده سرد شده استفاده کنید.

* بعد از جراحی به مدت ۳ روز از قطره اشک مصنوعی استفاده کنید تا خشکی چشم را به حداقل برسانید.

* هنگام چکاندن قطره در چشم دستان خود را با آب و صابون بشوئید. توجه کنید نوک قطره چکان با چشم برخورد نکند .

* آنتی بیوتیک تجویزی را به مدت ۷-۵ روز طبق نظر پزشک مرتبا مصرف کنید.

* تا دو هفته بعد از عمل از به کار بردن مواد آرایشی مثل سایه چشم، خط چشم و ریمل روی محل عمل خودداری کنید.

* با تجویز پزشک در صورت درد از مسکن استفاده کنید (بجز آسپرین)

* بهتر است از عینک آفتابی استفاده کنید و در معرض مستقیم نور خورشید قرار نگیرید.

* حداقل تا دو هفته بعد از عمل ، از لنز تماسی استفاده نکنید .

تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.



درمان انسداد مجرای اشکی با پروبینگ (میل زدن) در کودکان

• شرح عمل:

عمل پروبینگ یک روش جراحی است که حدوداً ۱۰ دقیقه طول می‌کشد و یک پروب نازک و فلزی از داخل مجرای اشکی بسته عبور داده می‌شود تا انسداد را برطرف کند.

• روشهای درمانی:

داروها: اگر تشخیص پزشک عفونت باشد، ممکن است قطره چشم آنتی بیوتیک یا قرص تجویز کند.

• پروبینگ مجرای اشک:

روشی است که برای درمان انسداد مجرای اشک استفاده می‌شود. مجرای اشک مسدود شده باعث عفونت مکرر چشم و اشک بیش از حد می‌شود. پس از آزمایش کامل چشم، چشم پزشک در صورت نیاز جراحی پروبینگ را برای او انجام خواهد داد.

معمولاً کودک باید بعد از جراحی به مدت ۱ تا ۳ ساعت در بیمارستان بماند. عوارض جانبی مانند حالت تهوع نیز ممکن است رخ دهد.

مراقبت های بعد از جراحی: پزشک پس از عمل جراحی قطره‌های آنتی بیوتیک یا پماد را تجویز می‌کند.

معمولاً بعد از این عمل کودکان درد ندارند. با این حال، ممکن است خسته باشند و کمی بی‌قراری کنند. ممکن است پس از جراحی، کودک حالت تهوع و استفراغ داشته باشد. اشک و ترشحات بینی ممکن است با خون ترکیب شود.

• رژیم غذایی و فعالیت:

بیمار باید با یک رژیم غذایی مایع مانند آب شکر، مایعات، نوشیدنی بدون گاز، ژله، آب سیب، نوشیدنی ساده و یا شیر مادر شروع شود. همانطور که قدرت تحمل کودک بیشتر می‌شود می‌توان رژیم غذایی را تغییر داد. به طور کلی بعد از جراحی پروبینگ هیچ محدودیتی برای فعالیت وجود ندارد.



تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.

کاتاراکت (آب مروارید)

تاری دید در اثر کدر یا مات شدن عدسی چشم می باشد.

علائم: کاهش تدریجی بینایی، مردمک سفید، تاری دید، نقاط نورانی در میدان دید، حساسیت به نور، کاهش دید در نور آفتاب ، دوبینی

• مراقبت های پس از عمل :

هفته اول: بودن مرتب شیلد روی چشم ،خم نشدن سر به جلو ، خودداری از شستن سر و صورت و در صورت لزوم با دوش دستی شستن از گردن به پایین ، استفاده از داروها طبق دستور پزشک، مراجعه به پزشک معالج در تاریخ اعلام شده. به همراه بردن نسخه، داروها و برگ خلاصه پرونده در مراجعه به پزشک. در صورت داشتن درد از قرص استامینوفن استفاده کنید

هفته دوم: با رعایت خم نشدن سر به جلو ، شستن سر با آب ولرم طوری که چشم با صابون و شامپو تماس نداشته باشد ،

ریختن آب ولرم به آهستگی روی صورت ، تماشای تلویزیون یا مطالعه در حد اعتدال، زمان رانندگی با نظر پزشک، استفاده از عینک آفتابی، نماز را نشسته بخواند و به جای سجده، مهر را به پیشانی نزدیک کند، از خوابیدن روی شکم و چشم عمل شده خودداری شود.

پرهیز غذایی ندارد. برای جلوگیری از یبوست: خوردن سبزی، میوه تازه، روغن زیتون و شربت انجیر

بودن شیلد روی چشم بعد از ۲ هفته موقع خواب و بیرون رفتن از منزل تا ۴-۳ هفته، بستن کش به سوراخ دو طرف شیلد برای ثابت نگهداشتن آن ، کمک گرفتن از اطرافیان موقع نشستن و بلند شدن از زمین و بالا نگهداشتن سر تا دوهفته، تا به سر و چشم فشار وارد نشود.

خودداری از فشردن پلکها ، استفراف، عطسه، سرفه و تکان ناگهانی سر، پرهیز از بلند کردن اشیاء و زور زدن موقع اجابت مزاج تا یک ماه

• آموزش علائم عفونت به بیمار و گزارش به پرستار: ضعف بینایی، تورم پلک، قرمزی و احتقان ملتحمه و ترشح چرکی ناحیه عمل

آموزش علائم جابجایی لنز: درد شدید، دیدن هاله اطراف اشیاء نورانی و اختلال دید در روزهای اول ممکن است تاری دید و احساس جسم خارجی، درد مختصر و اشک ریزش، دیدن حباب ، ترشحات مختصر، خارش و قرمزی وجود داشته باشد.

در صورت درد شدید در چشم یا اطراف آن سریعاً به پزشک معالج مراجعه کنید.

نحوه تمیز کردن ترشحات از داخل به خارج چشم با گاز تمیز و آب جوشیده سرد شده می باشد هنگام بالا و پایین رفتن از پله دقت کافی داشته باشید چون بستن یک چشم باعث اختلال در دید می شود و ممکن است باعث سقوط شود

• روش ریختن قطره چشمی :

قبل از مصرف قطره و پماد ، دستهای خود را بشویید و اطراف چشم با پنبه تمیز شود، نوک قطره چکان و پماد با چشم بیمار تماس پیدا نکند.

هنگام ریختن قطره سر به عقب خم شده، پلک پایین به سمت پایین کشیده و چکاندن یک قطره در این پلک و بستن چشم تا یک دقیقه بعد

قطره های مختلف که همزمان باید استفاده شود با فاصله ۱۰-۵ دقیقه از هم چکانده شوند.

تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.

گل مژه

آبسه کوچک به صورت یک توده متورم، دردناک و قرمز با سر زرد رنگ است که در لبه پلک یا غدد ترشح کننده چربی پلک در اثر عفونت یا التهاب ریشه مژه ها ایجاد می شود. عود آن بر اثر ضعف سیستم ایمنی و تماس دست آلوده با چشم و به دنبال آن عفونت ایجاد می شود.

• علائم:

توده برجسته قرمز، دردناک، متورم در لبه پلک شبیه جوش، احساس سنگینی پلک، سوزش، خارش، اشک ریزش، خروج ترشحات چرکی، باز نشدن کامل پلک، احساس وجود شن در چشم، نقطه زرد در مرکز گل مژه، در صورت بزرگ شدن: تاری دید با فشار به قرنیه به وجود می آید.

• درمان:

اکثر گل مژه ها ظرف چند روز بهبود می یابند و مشکل خاصی ایجاد نمی کنند. در چند روز اول، استفاده از کمپرس گرم باعث تسکین درد می شود و ممکن است به سر باز کردن گل مژه و تخلیه ترشحات چرکی کمک کند. برای این منظور یک حوله تمیز را با آب جوشیده گرم (نه داغ) مرطوب کنید و برای مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه روی چشم مبتلا قرار دهید. ماساژ ملایم هم به تسکین درد و تخلیه ترشحات کمک می کند. ماساژ و کمپرس گرم را می توان روزی ۴-۳ بار انجام داد تا ترشحات تخلیه شود و گل مژه بهبود پیدا کند.

• در صورت تخلیه نشدن:

مراجعه به پزشک و استفاده از قطره و پماد آنتی بیوتیک چشمی و خودداری از مالش پلک. نباید با فشار آن را تخلیه کرد چون سبب گسترش عفونت به بافت های مجاور و یا حتی ورود عفونت به مغز می شود.

اگر پس از چند روز گل مژه بهبود پیدا نکرد چشم پزشک می تواند در صورت لزوم با یک جراحی کوچک، گل مژه را تخلیه کند. تخلیه گل مژه با بی حسی موضعی با استفاده از قطره بی حس کننده انجام می شود. در بچه های کوچک یا افرادی که گل مژه های شدیداً ملتهب دارند با نظر چشم پزشک آنتی بیوتیک خوراکی برای جلوگیری از گسترش عفونت استفاده می شود.

• پیشگیری از گل مژه:

از تماس دست آلوده با چشم یا مالیدن چشم خودداری کنید. دست ها مرتب شسته شود. شستشوی منظم پلک ها با آب ولرم یا شستشوی لبه پلک با شامپو بچه رقیق شده و آب گرم، پاک کردن ریشه مژه ها و پلک ها هفته ای چند بار با گوش پاک کن، رعایت بهداشت هنگام گذاشتن و برداشتن لنز تماسی چشم، عدم استفاده از لوازم آرایشی به طور مشترک می تواند به جلوگیری از عود گل مژه کمک کند.

گاهی اوقات بیماری های چشمی دیگر مثل بلغاریت (التهاب لبه پلک) یا مشکلات غدد ترشح کننده چربی یا بعضی از بیماری های جدی چشمی (مثلاً تومورها) باعث بروز گل مژه مکرر می شود که تشخیص و درمان این بیماری ها توسط چشم پزشک باعث جلوگیری از عود گل مژه می شود.



تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.

ناخنک

ناخنک رشد ملتحمه به صورت یک بافت اضافی داخل عروق به رنگ ارغوانی و مثلثی از ناحیه سفیدی چشم به سمت قرنیه و روی آن است. شایع‌ترین عارضه چشم بعد از آب‌مروارید است. ناخنک عارضه اشعه ماورای بنفش نور آفتاب است به خصوص در کشاورزان و ماهیگیران

• عوامل خطر ساز:

قرار گرفتن در آب و هوای آفتابی، خشک و گرم، پر گردوغبار و توفانی در مراحل اولیه که ضایعه کوچک است و روی قرنیه را نگرفته علائم بیماری خفیف است ولی به تدریج باعث خارش، سوزش، اشک‌ریزش، التهاب و قرمزی چشم می‌شود. در موارد پیشرفته‌تر، سبب تاری دید می‌شود. افرادی که از لنز طبی یا رنگی استفاده می‌کنند باعث ثبات لنز روی چشم و ناراحتی چشم می‌شود.

• پیشگیری:

استفاده از عینک آفتابی یا کلاه لبه‌دار و جلوگیری از خشکی چشم، پرهیز از کار طولانی در هوای گرم و خشک و گردوغبار

• درمان ناخنک:

اگر ناخنک در مراحل اولیه قرمز و ملتهب شود می‌توان از قطره استروئیدی و پماد چشمی ضدالتهاب استفاده نمود تا التهاب کم شود. ناخنک با وجود جراحی مناسب ممکن است به‌ویژه در افراد جوان عود کند. اگر ناخنک گاه‌گاه ملتهب شود و سوزش و قرمزی چشم ایجاد کند مصرف قطره اشک مصنوعی به صورت مکرر ممکن است باعث تسکین علائم شود.

در این موارد با جراحی می‌توان ناخنک را برداشت: ناخنک به اندازه‌ای بزرگ باشد که باعث بسته شدن مسیر بینایی شود. در اثر رشد روی قرنیه، ایجاد آستیگماتیک با درجه بالا کند یا نمای ظاهری ناخوشایندی داشته باشد .

• مراقبت بعد از عمل:

با مصرف قطره ضد عفونت و ضدالتهاب تا چند هفته، قرمزی ۲-۳ ماه بعد از بین می‌رود. نگاه به تلویزیون به غیر از موقع درد ممنوع نیست. از شیلد چشمی سه روز اول بعد از عمل به طور مداوم و سپس موقع خواب تا ۳ هفته استفاده شود .

تا یک هفته به پشت یا سمت سالم چشم بخوابد، نماز به صورت نشسته باشد و سجده نکند، پاک کردن چشم با گاز استریل و آب جوشیده ولرم از داخل به خارج انجام شود، از شستن صورت تا ۳ روز بعد از عمل و شستن سر تا یک هفته پرهیز شود. از بلند کردن یا جابجایی اجسام سنگین ، خم شدن طولانی‌مدت، حرکات ناگهانی سر خودداری شود. مالیدن چشم، از عطسه و سرفه پرفشار و فین ناگهانی و زور زدن موقع اجابت مزاج پرهیز کند، موقع حمام کردن چشم با محافظ (شیلد) بسته شود و از تماس صابون با اطراف چشم جلوگیری شود.



تهیه کننده: زهره روستایی. کارشناسی ارشد پرستاری.