

مراقبتهای بعد از جراحی آب مروارید (کاتاراکت)



معمولاً بیماران که تحت عمل جراحی آب مروارید قرار می گیرند همان روز یا روز پس از عمل مرخص می شوند. توجه به نکات زیر به شما جهت گرفتن نتیجه مطلوب از عمل جراحی کمک خواهد کرد.

محدودیت فعالیتها به نوع عمل جراحی بستگی دارد:

- ✓ پس از عمل جراحی به پشت بخوابید. از خوابیدن به سمت چپ که عمل شده و یا به روی شکم، خودداری کنید.
- ✓ از سرفه، عطسه، تکان شدید و ناگهانی سر و زور زدن بهنگام اجابت مزاج پرهیز نمایید.
- ✓ پس از عمل از انجام کارهای سخت و بلند کردن اشیای سنگین خودداری کنید.

نماز خواندن

نماز خواندن از روز عمل با تیمم و فقط بر روی سنگ بلامانع است. (تیمم بر روی خاک، بدلیل ایجاد آلودگی و عفونت چشم

ممنوع می باشد).

خم شدن بیش از حد کمر ممنوع می باشد. لذا تا یک هفته پس از عمل از سجده کردن خودداری کنید و مهر را با دست به

پیشانی نزدیک کنید.

تماشای تلویزیون و مطالعه

در صورت داشتن بینائی کافی، تماشای تلویزیون و کار با کامپیوتر تا جایی که شما را خسته نکند، بلامانع است.

مواد آرایشی

از به کاربردن مواد آرایشی (سرمه، ریمل، مژه مصنوعی، لنزهای رنگی، مواد روغنی...) در اطراف چشم خودداری نمائید و

زمان شروع آنرا از پزشک معالج سؤال کنید.

رژیم غذایی

پس از جراحی نیازی به تغییر رژیم غذایی نیست. با خوردن میزان مناسب سبزی، میوه و آب از ایجاد یبوست جلوگیری کنید.

شیلد چشمی یا محافظ پلاستیکی چشم

شیلد چشمی یا محافظ پلاستیکی چشم قابل شستشو است. روزانه آنرا با آب و صابون شسته و پس از خشک نمودن

به روی چشم بگذارید.

شیلد باید ۳ الی ۴ هفته پس از عمل جراحی هنگام خواب روی چشم شما باشد و در طول روز از عینک آفتابی استفاده

کنید تا چشم شما کمتر اذیت شود، زیرا چشم عمل شده نسبت به نور خورشید حساس است.



در صورت موفقیت آمیز بودن عمل آب مروارید توام با لنز، پس از عمل جراحی احتیاج به عینک نزدیک جهت مطالعه و

کارهای نزدیک است که باید با پزشک مشورت شود. گاهی برای دید دور نیز نیاز به عینک می باشد.

استحمام

زمان حمام کردن را حتما از پزشک خود سؤال کنید. اما می توانید از همان روز اول پس از عمل، تمام بدن بجز سر و صورت

را بشویید. مهم این است که آب به داخل چشم نپاشد و چشم، سر و صورت در معرض ضربه قرار نگیرد.

بنا به نظر پزشک یک هفته الی ده روز پس از عمل، می توانید به طور کامل استحمام کنید البته توجه داشته باشید فقط از شامپو

بچه استفاده نمائید.

توصیه های لازم:

۱. از مالیدن و فشار دادن چشم خودداری کنید، زیرا ممکن است در روند ترمیم طبیعی زخم، تداخل ایجاد کند و موجب

سوزش و خارش چشم شود.

۲. به زمان ویزیت مجدد دقت نمایید.

۳. جهت معاینات بعد از عمل، در تاریخهای تعیین شده توسط پزشک، حتما مراجعه نمایید.

۴. در اکثر موارد، عمل جراحی آب مروارید بدون بخیه انجام می شود اما گاهی یک یا چند بخیه زده می شود که در

فاصله چند هفته بعد به صورت سرپایی و در حین معاینه برداشته می شود.

علائم و نشانه های غیر طبیعی

به طور کلی انتظار داریم که تاری دید و ناراحتی چشم در روزهای پس از عمل به سمت بهبودی باشد ولی در صورت بدتر

شدن و یا مواجه شدن با موارد زیر فوراً به پزشک مراجعه نمایید:

- دیدن جرقه های نورانی (مثل برق آسمان) در اتاق تاریک یا با چشمان بسته.

- کاهش بینایی، دوبینی و تاری دید.

- درد شدید چشم که با مسکن بهبود نمی یابد.

- قرمزی و سوزش شدید چشم و ترشح چرکی از آن

- در هم دیدن اشیا

- حرکت نقاط سیاه رنگ در جهات مختلف میدان بینائی

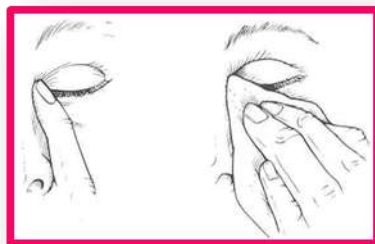
- دیدن هاله در اطراف چراغها

نحوه صحیح استفاده از قطره های چشمی

ابتدا دستهای خود را با آب و صابون بخوبی بشوئید ، سر خود را کمی به عقب خم کنید ، پلک تحتانی خود را با انگشت اشاره پایین بکشید تا حفره کوچکی ایجاد شود در حفره ایجاد شده یک قطره بچکانید . از تماس نوک قطره چکان به دست یا لبه پلکها جلوگیری کنید.



پس از چکاندن قطره چشمانتان را بمدت ۲ تا ۳ دقیقه به آرامی بسته نگه دارید این کار باعث جذب بهتر دارو و کاهش عوارض آن می گردد.



اگر نیاز بود که دو قطره متفاوت را در یک ساعت استفاده کنید مابین آنها پنج دقیقه فاصله بگذارید.

در صورت اتمام قطره قبل از مراجعه شما به پزشک و قبل از تکمیل دوره درمان، می توانید مجددا آنرا از داروخانه تهیه نمائید.

پس از باز کردن درب قطره، سه هفته الی یکماه بعد انرا دور بیاندازید.

در صورت چسبیدن پلک ها به هم چند قطره کلرامفنیکل یا کلویوتیک چکانده و بدون فشار به کره چشم با گاز استریل (بافت توری مانند استریل که از داروخانه می توانید تهیه نمائید.) ترشحات نرم شده را پاک کنید.