



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آرم

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

کاتاراکت

ویژه بیماران و همراهان



واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

تاییدکننده: کارگروه آموزش به بیمار بخش سی سی یو

کدسند: EH-MN/Pat Edu Pam/۰۰۰۰۱

• مختصر ترشح و چسبیدن مژه ها عادی است.

علائم مهم بعد از عمل جراحی :

درد شدید که با مسکن معمولی کم نشود. افت پیشرونده و یا ناگهانی حساسیت شدید به نور قرمزی شدید چشم، ترشح شدید و چرکی، ایجاد مگس پران و جرقه که در صورت بروز آن، سریعا به پزشک خود مراجعه کنید.

زمان معاینه مجدد:

معاینه های بعد عمل در روز اول، هفته ی اول، هفته ی چهارم، ماه سوم و سپس سالی یک بار توصیه می شود، دقت فرمایید که با توجه به شرایط چشم شما ممکن است فاصله بین معاینات کم شود. همیشه از پزشک خود، زمان معاینه مجدد را بپرسید.

زمان تعیین شماره عینک :

معمولا در چند هفته اول بعد از عمل، شماره چشم در حال تغییر است و نمره عینک قبلی عوض می شود و ممکن است که عینک قبلی شما برای تان مناسب نباشد. عمدتا در فاصله یک تا دو ماه بعد از عمل، نمره عینک ثابت شده و می توان عینک نزدیک (و در صورت نیاز از عینک دور) تجویز کرد. همچنین در صورت حساسیت به نور میتوان از عینک آفتابی استفاده کرد.

منبع: پرستاری برونر - سودارث

شماره تماس: ۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۰

شماره داخلی ۱۴۴۶



جهت دریافت
فایل می توانید
بارکد را با تلفن
همراه خود اسکن
نمایید.

• بهتر است در هفته های اول بعد از عمل، برای شستشو سر از شامپو بچه استفاده کنید. اجازه ندهید شامپو و صابون به چشمان برود.

• برای وضوگرفتن کشیدن دست خیس روی صورت بلا مانع است، از پاشیدن آب به سمت صورت و چشم ها و همچنین تیمم بر خاک پرهیز نمایید. از رفتن به استخر و سونا به مدت یک ماه دوری کنید.

• از به کار بردن مواد آرایشی و لنزهای تماسی (آرایشی و طبی) به مدت ۳-۴ هفته خودداری نمایید.

میزان فعالیت: از کار بدنی شدید، ورزش شدید، بلند کردن اجسام سنگین، خم کردن سر برای مدت طولانی پایین تر از سطح کمر، سجده تا یک هفته پرهیز کنید.

کارهای معمولی، دفتری و همچنین مطالعه و تماشای تلویزیون را می توان از همان ابتدا شروع کرد.

اگرچه ممکن است دلیل دید نامناسب اوایل عمل، یک مقدار خسته کننده باشد.

باتوجه به دید ناکامل روزهای اول بعد از عمل جراحی، از انجام کارهایی که نیاز به دقت دارند مثل رانندگی، خلبانی، کار با ماشین آلات دقیق و خطرناک (در صورتیکه دیدتان مناسب نیست) دوری کنید.

بعد از برگشت دید، انجام این امورات بلامانع است.

موقع خوابیدن روی پشت یا پهلو دراز بکشید و ترجیحا به روی شکم یا به سمت چشم عمل شده نخوابید.

سرما یا گرمای هوا آسیبی به چشم عمل شده وارد نمیکند.

علائم و نشانه های کم اهمیت بدنبال عمل

وجود این علائم دلیل مراجعه به پزشک نیست :

احساس خشکی و یا احساس خراش یا حالتی مثل فرورفتن

سوزن در چشم

این علامت ناشی از زخم محل جراحی است و با گذشت زمان از

بین می رود.

آب مروارید (کاتاراکت) چیست ؟

آب مروارید عبارت است از کدر شدن عدسی چشم که بصورت طبیعی شفاف است، مانند پنجره ای که بخار آب آن را تار کرده باشد آب مروارید نیز باعث تاری دید می شود.

علائم شایع آب مروارید:

تار شدن دید چشم بدون درد است. تغییرات مکرر نمره چشم دوربینی در یک چشم، احتیاج به نور بیشتر برای مطالعه، کاهش دید در شب، محو شدن یا زرد شدن رنگ ها

علل آب مروارید: شایعترین شکل آب مروارید ناشی از افزایش سن است. سایر علل آب مروارید عبارتند از: سابقه خانوادگی ابتلا به آب مروارید، مشکلات طبی مانند بیماری قند (دیابت)، ضربه به چشم، مصرف طولانی داروها مانند کورتون، قرار گرفتن طولانی مدت و بدون محافظت در مقابل نور آفتاب، سابقه جراحی چشم

چه موقع بایستی جراحی انجام شود؟

هنگامی که آب مروارید به حدی برسد که باعث کاهش دید شود و مانع انجام فعالیتهای روزانه شود.



راهنمای بیماران بعد از عمل:

- پس از عمل پانسمان چشم را پزشک برمیدارد. توجه داشته باشید که دید چشم عمل شده بلافاصله بعد از برداشتن پانسمان ممکن است خیلی شفاف و واضح نباشد. از این مسئله نگران نباشید.
- مصرف قطره های چشمی
- بعد از برداشتن پانسمان، استفاده از قطره های چشمی را شروع کنید.

نحوه صحیح استفاده از قطره های چشمی

- دستها را به روش صحیح (با مایع دستشویی یا صابون) کاملاً شستشو دهید.
- سر خود را کمی به عقب خم کنید و پلک پایینی را به سمت پایین بکشید.
- یک قطره در گودی بین چشم و پلک بریزید.
- مقدار مصرف هر نوع قطره، همیشه یک قطره است. اگر مطمئن نیستید که قطره وارد چشم شده است، یک قطره دیگر بریزید.
- در هنگام چکاندن قطره چشمی نباید نوک قطره چکان با سطح قرنیه، مژه ها یا پلک تماس پیدا کند، زیرا سبب آلودگی قطره می شود. پس از چکاندن قطره، چشم خود را به مدت ۳۰ ثانیه ببندید از پلک زدن های شدید خودداری کنید.
- اگر زمان مصرف دو قطره با هم فرا برسد، بهتر است ریا، بین استفاده از دو قطره حداقل ۳ تا ۵ دقیقه فاصله بیندازید.
- بهتر است قطره چشمی توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود.
- اگر زمان مصرف قطره در طی خواب فرا برسد، لازم نیست برای استفاده از قطره بیدار شوید.
- در هر مراجعه به پزشک، داروها را همراه خودتان بیاورید.

مراقبت از چشم عمل شده :

از خاراندن، مالش، فشار به چشم عمل شده و فشردن محکم پلک ها، دوری کنید، زیرا ممکن است سبب باز شدن زخم و جابجایی لنز شود.

به همین دلیل یک محافظ چشمی، به مدت یک هفته روی چشم شما قرار میگیرد. محافظ را می توانید با چسب یا نوار کشی روی چشم عمل شده قرار دهید.

بهتر است هنگام خواب از محافظ استفاده شود تا از ضربه های احتمالی ناخودآگاه در حین خواب جلوگیری شود. در صورت حضور در جای شلوغ نظیر خیابان فائو بوس و... و همچنین در صورتی که در خانه بچه کوچک دارید، حتماً از محافظ استفاده کنید. محافظ پلاستیکی قابل شستشو است، لذا روزانه با آب و صابون شسته و خشک شود. به علت افزایش احتمال عفونت از قرار دادن گاز یا پنبه در زیر محافظ چشم خودداری گردد.

تغذیه و رژیم غذایی

بعد از هوشیار شدن، رژیم غذایی و مصرف داروها قبلی به روال عادی برمیگردد و نیازی به تغییر رژیم غذایی وجود ندارد و تنها بهتر است در ساعات اول بعد از عمل وعده های غذای نرم استفاده شود. در ضمن با خوردن میزان مناسب سبزی، میوه و آب از بروز یبوست جلوگیری کنید.

زمان استحمام و شستن صورت

دوش گرفت ۴۸ ساعت بعد از عمل بلامانع است (البته با احتیاط که نیاز به مالش چشم نباشد)

ورود آب به چشم بعد از عمل جراحی ممکن است سبب ورود میکروب به داخل چشم و عفونت شود. به همین دلیل از وارد کردن آب به چشم حین شستن صورت یا استحمام جلوگیری کنید. میتوانید بعد از چند روز از عمل جراحی، صورت تان را بشویید یا استحمام کنید.