



آب مروارید (کاتاراکت)



تهیه کننده: فریبا اسدی (کارشناس پرستاری)

تأیید کنندگان:

فاضل اسکندری (مدیر پرستاری)

خدیجه عباسی (سوپروایزر آموزشی)

نرگس همتی (سوپروایزر آموزش سلامت)

تأیید کننده نهایی: دکتر سجاد نامور (چشم پزشک)

منبع: برونر سودارت بیماریهای چشم ۲۰۱۸



بازنگری: دی ماه ۱۴۰۰

عینک:

در صورت موفقیت آمیز بودن عمل آب مروارید توام با لنز، پس از عمل جراحی احتیاجی 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 از پزشک خود سوال کنید. اما می توانید از همان روز اول پس از عمل تمام بدن بجز سر و صورت خود را بشویید. مهم این است که آب داخل چشم نرود و چشم و سر و صورت در معرض ضربه قرار نگیرد. بنا به نظر پزشک ۵ الی ۱۲ روز پس از عمل می توانید به طور کامل استحمام کنید البته توجه داشته باشید فقط از شامپو بچه استفاده نمایید. موقع شستن صورت، چشمها بسته باشد. پس از عمل جراحی فیکو از روز پنجم بعد از عمل می توانید استحمام کنید. (در این مرکز عمل جراحی به روش فیکو صورت می گیرد.)

جهت پیگیری بعد از عمل در تاریخ های تعیین شده توسط پزشک حتما مراجعه نمایید. 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. در صورت بروز مشکل با پزشک مربوطه یا شماره بیمارستان بخش جراحی چشم تماس حاصل فرمایید.

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:

- کاهش بینایی، دوبینی، تاری دید و در هم دیدن اشیا
- درد شدید چشم که با مسکن بهبود نیابد.
- قرمزی و سوزش شدید چشم و ترشح چرکی از آن
- دیدن هاله در اطراف چراغ ها
- حرکت نقاط سیاه رنگ در جهات مختلف میدان بینابینی

نحوه استفاده از قطره و پمادهای چشمی:

ابتدا دست های خود را خوب بشویید. 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 ی پلک جلوگیری کنید. پس از چکاندن قطره چشمانتان را به مدت یک دقیقه به آرامی بسته نگه دارید این کار باعث جذب بهتر دارو و کاهش عوارض آن می گردد. سپس چند دقیقه مجرای اشکی را فشار دهید تا از جذب سیستمیک دارو جلوگیری شود.

محلول های شیری را کاملاً بهم بزنید تا سطح دارو به کفایت برسد.

برای اطمینان از استفاده صحیح دارو قبل از استفاده برچسب روی دارو را بخوانید.

در صورت تجویز پماد و قطره ابتدا قطره و سپس پماد را مصرف کنید.

در صورت استفاده از پماد یک سانتیمتر از آن را در حفره ملتحمه تحتانی بریزید.

اگر نیاز بود دو قطره متفاوت را همزمان استفاده کنید مابین آنها پنج تا ده دقیقه فاصله بگذارید.

آب مروارید (کاتاراکت) چیست؟

آب مروارید به کدر شدن عدسی چشم گفته می شود. عدسی چشم در پشت عنبیه و مردمک چشم قرار دارد. شبیه لنز دوربین عکاسی عمل کرده و باعث تمرکز تصویر بر روی شبکیه می گردد. عدسی عمدتاً از آب و پروتئین تشکیل شده و پروتئینها باعث شفافیت عدسی می گردد و نور از لابلای آنها عبور می کند. در صورت تغییر پروتئینها عدسی کدر می شود و بیماری آب مروارید را به وجود می آورد. تنها راه درمان آن جراحی است و راه دیگری برای شفاف ساختن آن وجود ندارد.



علائم:

تاری دید بدون درد-دیدن نقاط نورانی- کاهش دقت بینایی- تیره شدن رنگها
عمل جراحی کاتاراکت:

در عمل جراحی کاتاراکت عدسی چشم که تیره شده با یک عدسی مصنوعی جایگزین می گردد. این عمل جراحی بین ۲۰ تا ۶۰ دقیقه طول می کشد و در صورت همکاری بیمار با بی حسی نیز قابل انجام است.

مراقبتهای پس از عمل جراحی کاتاراکت:

انجام فعالیت:

سعی کنید به پشت بخوابید از خوابیدن به سمت چپ که عمل شده و همچنین خوابیدن به روی شکم خودداری کنید. راه رفتن اشکالی ندارد.

از انجام فعالیت های سخت و بلند کردن اشیاء سنگین، تکان شدید و ناگهانی سر، عطسه سرفه و زور زدن به هنگام اجابت مزاج جدا خودداری نمایید.

۳-۴ هفته پس از عمل می توانید فعالیت های جنسی و رانندگی داشته باشید.

تا ۴ هفته اول پس از عمل باید از خم شدن، زور زدن و بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کنید. در این مدت نباید سر خود را به جلو خم کنید. در صورتی که مجبور شدید چیزی از روی زمین بردارید از کمر خم نشوید بلکه زانوها را خم کنید و سر را صاف نگه دارید.

نماز خواندن:

نماز خواندن پس از عمل با تیمم و فقط بر روی سنگ بلامانع است. استفاده از خاک به دلیل ایجاد آلودگی و عفونت چشم برای تیمم ممنوع است. خم کردن بیش از حد کمر ممنوع می باشد. لذا تا ۴ هفته از سجده کردن خودداری کنید و مهر را با دست به پیشانی بگذارید و نماز را در حالت نشسته بخوانید.

تماشای تلویزیون و مطالعه:

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

رژیم غذایی:

پس از جراحی نیازی به تغییر رژیم غذایی نیست.

با خوردن میزان مناسب سبزی و میوه و آب از ایجاد یبوست جلوگیری کنید. بیمارانی که به توصیه ی پزشک دیگری به لحاظ قندخون یا فشارخون یا سایر بیماری ها از رژیم خاصی استفاده می کنند از همان رژیم غذایی خودشان استفاده نمایند.

توصیه های لازم:

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. از بکار بردن مواد آرایشی در اطراف چشم به مدت ۶-۴ هفته خودداری کنید.

شیلد چشمی یا محافظ پلاستیکی چشم:

شیلد چشمی یا محافظ پلاستیکی چشم قابل شستشو است. روزانه آن را با آب و صابون شسته و پس از خشک کردن به روی چشم بگذارید. سه الی چهار هفته پس از عمل جراحی هنگام خواب بر 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. اندازه کش شیلد را طوری تنظیم کنید تا فشار روی سر و چشم وارد نشود. در ساعت های بیداری می توانید بجای قاب از عینک استفاده کنید و در طول شب حتماً از قاب محافظ استفاده کنید.