



آب مروارید (کاتاراکت)

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسین (ع)

نحوه صحیح استفاده از قطره‌های چشمی

- ابتدا دست‌های خود را بشوید سر خود را کمی به عقب خم کنید. پلک تحتانی خود را با انگشت اشاره پالین 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 چسبانتان را به مدت ۲ تا ۳ دقیقه به آرامی بسته نگه دارید.
- اگر نیاز بود که دو قطره متفاوت را در یک ساعت استفاده کنیم ما بین آنها ۳ تا ۵ دقیقه فاصله بگذارید.
- در صورت مشاهده علائمی نظیر قرمزی، حساسیت، درد، ترشح چرکی و سوزش شدید چشم‌ها به پزشک مراجعه کنید.



تهران - خیابان شهید مدنی تلفن: ۷۳۴۲۰

WWW.EHMC.IR

توصیه‌های لازم

- از مالیدن و فشار دادن چشم خودداری کنید.
- محافظت پلاستیکی قابل شستشو است روزانه آن را با آب و صابون شسته و پس از خشک کردن روی چشم (حتی هنگام خواب) بگذارید و در طول روز از عینک آفتابی استفاده کنید.
- **درد خفیف** بعد از عمل را می‌توان طبق دستور پزشک با مصرف استامینوفن کاهش داد در صورت از بین نرفتن درد به پزشک اطلاع دهید.
- **استحمام؛** زمان حمام کردن را حتماً از پزشک سوال کنید اما می‌توان از همان روز اول پس از عمل جراحی تمام بدن بجز سر و صورت را بشوید مهم این است که آب به داخل چشم نیفتد.

علائم و نشانه‌های غیر طبیعی

- به طور کلی انتظار داریم که تاری دید و ناراحتی چشم در روزهای پس از جراحی به سمت بهبودی باشد ولی در صورت بدتر شدن و یا مواجه شدن با موارد زیر فوراً به پزشک مراجعه نمایید:
- دیدن جرقه‌های نورانی در اتاق تاریک یا با چشمان بسته
- کاهش بینایی، تاری دید
- درد شدید چشم که با مسکن بهبود نمی‌یابد.
- قرمزی و سوزش شدید چشم و ترشح چرکی از آن
- در هم دیدن اشیاء
- حرکت نقاط سیاه رنگ در جهات مختلف میدان بینایی

تمام درمان‌های اولیه جراحی می‌باشد و در حدود ۹۰ درصد با حفظ بینایی موفقیت‌آمیز می‌باشد.

محدودیت فعالیت‌ها

• تعداد روزهای پس از عمل را باید به طور دقیق به خاطر بسپارید.

• پس از عمل جراحی به پشت بخوابید. از خوابیدن به سمت چپمی که عمل شده و یا به روی شکم خوداری کنید.

• از سرفه، عطسه، تکان شدید و ناگهانی سر و زور زدن به‌هنگام اجابت مزاج پرهیز کنید.

• پس از عمل از انجام کارهای سنگین و بلند کردن اشیای سنگین خودداری کنید.

• نماز خواندن از روز عمل با تیمم و فقط بر روی سنگ پلامانج است (تیمم بر روی خاک بدلیل ایجاد آلودگی مصنوع می‌باشد). پس از عمل از سجده کردن خودداری نمایید و مهر را با دست به پیشانی نزدیک کنید.

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

• از به کار بردن مواد آرایشی در اطراف چشم و استفاده از لنزهای رنگی خودداری 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.

علائم شایع آب مروارید عبار تند از

- تاری شدن دید چشم که بدون درد است
- حساسیت به نور
- تغییرات مکرر نمره عینک
- دو بینی در یک چشم
- احتیاج به نور بیشتر برای مطالعه
- کاهش دید در شب
- محو شدن یا زرد شدن رنگها
- سایر علل آب مروارید عبارتند از
- سابقه خانوادگی ابتلا به آب مروارید در بستگان درجه اول و دوم
- مشکلات طبی مانند بیماری قند (دیابت)
- ضربه به چشم
- قرار گرفتن طولانی مدت و بدون محافظت در مقابل نور آفتاب.

- سابقه جراحی یا بیماری های التهابی چشمی
- استفاده طولانی مدت از داروهای استروئیدی (کورتیکو استروئیدها)
- مصرف الکل.
- سیگار کشیدن.
- سابقه جراحی چشم.

درمان

آب مروارید عبارت است از تیره و کدر شدن عدسی چشم. در این حالت می‌تواند باعث مشکلات بینایی هنگام مطالعه و دیدن اشیاء دور شود. شروع شایع ترین نوع آب مروارید عبارت است از آب مروارید وابسته به سن. کاهش شفافیت عدسی چشم یک روند طبیعی در طول زمان است و به واسطه افزایش سن احتمال ابتلا به این بیماری افزایش پیدا می‌کند تقریباً تمام افراد بالای ۶۵ سال به درجاتی از این بیماری مبتلا می‌شوند غالباً آب مروارید پیشرفت کند و در حدی که دیدن اشیاء در اطراف می‌شود و در نهایت ایجاد می‌کند اما با افزایش کدورت عدسی مشکلات بینایی نیز آغاز می‌شود.

