

خود مراقبتی بعد از عمل جراحی کاتاراکت (آب مروارید)

کاتاراکت یا آب مروارید به کدر شدن عدسی چشم گفته می شود که با جراحی ،عدسی کدر شده برداشته شده و با لنز یا عدسی دیگری جایگزین می شود که نور بتواند به راحتی از آن عبور کند.

	۱ چند روز اول بعد از عمل جراحی با کوچک ترین فشار، زخم ممکن است باز شود . بنابراین محافظ پلاستیکی را به خصوص هنگام خواب به چشم داشته باشید و می توانید محافظ راروزانه با آب و صابون بشویید. طبق دستور پزشک بعد از ترخیص به پزشک معالج مراجعه نمایید.	۱
	۲ داروها را طبق دستور پزشک استفاده کنید و از استفاده خودسرانه آنها خودداری نمایید. بهتر است قطره چشمی توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود. در هنگام چکاندن قطره چشمی نباید نوک قطره چکان با سطح قرنیه، مژه ها یا پلک تماس پیدا کند. در صورتی که بیش از یک نوع قطره استفاده می کنید، قطره دوم حداقل ۵ دقیقه بعد از قطره اول ریخته شود. بعد از چکاندن قطره، حداقل یک دقیقه چشم ها را ببندید و از پلک زدن های شدید خودداری کنید. قابل ذکر است بعد از شروع استفاده از قطره های چشمی نیاز به گذاشتن پانسمان نیست و فقط محافظ را روی چشم قرار دهید.	۲
	۳ پنج روز بعد از جراحی آب مروارید بدون عارضه، استحمام بلامانع است.	۳
	۴ از مصرف رژیم غذایی سفت پرهیز کنید تا از فشار به چشم پیشگیری کند. رژیم غذایی نرم مصرف کنید هنگام اجابت مزاج از زور زدن خودداری کنید. مواد غذایی سرشار از ویتامین آ مانند جگر و آب هویج مصرف نمایید.	۴
	۵ از خم کردن سر ، تماشای تلویزیون ،گوشی و آشپزی تا اجازه پزشک معالج پرهیز کنید.	۵
	۶ فعالیت های معمول روزانه شامل پیاده روی و تماشای تلویزیون را چند روز بعد از عمل از سر بگیرید و باید از فعالیتهای بدنی شدید مثل بلند کردن اجسام سنگین به مدت یک تا دو ماه اجتناب نمایید.	۶
	۷ دید شما در چند روز اول بعد از عمل جراحی ممکن است کامل نباشد که احتمالا به علت ورم موقتی قرنیه و یا وجود بخیه ها است. در صورت مشاهده ی علایم زیر به پزشک مراجعه کنید: * درد چشم در صورتی که با مسکن های تجویز شده برطرف نشود. * تاری دید،دوبینی،دیدن نورهای صاعقه مانند یا نقاط تاریک متحرک در میدان بینایی،مشاهده ی هاله ی رنگی در اطراف نورها ، * قرمزی،تورم و یا ترشح چشم ها	۷

*مددجوی گرامی بارکدذیل را جهت استفاده از مطالب آموزشی و معرفی واحد پیگیری و آموزش بیمارپس از ترخیص، با گوشی موبایل خود اسکن نمایید.

