

راهنمای بیمار



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، تغذیه و فرهنگ اسلامی
کارآموزی مهندسی پزشکی

ورم ملتحمه (کونژکتیویت)



E/12

واحد آموزش سلامت دفتر پرستاری مرکز آموزشی درمانی فیض

✓ پوزیشن مناسب در بیماری:

بهتر است هنگام استراحت به صورتی بخوابید که فشار کمتری به چشمستان وارد شود.

✓ آموزش تغذیه مناسب در بیماری:

۱. این افراد رژیم معمولی دارند.
۲. در بیماران دیابتی و فشارخونی باید رژیم غذایی خود را با توجه به بیماری خود رعایت نمایند.

✓ آموزش استفاده صحیح از داروها در بیماری:

۱. بهتر است قطره توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود.

۲. دست های خود را قبل و بعد از استفاده از داروها، با آب و صابون شستشو نمایید.

۳. هنگام چکاندن قطره سر را به عقب خم کرده و به سقف نگاه کنید و به آرامی پلک پایین را به طرف پایین کشیده تا یک حفره ایجاد گردد و سپس یک قطره از دارو در این حفره چکانده شود.



✓ تعریف بیماری:

به التهاب و سپس بزرگ شدن عروق چشم که منجر به قرمز شدن آن می گردد کونژکتیویت یا ورم ملتحمه می گویند. عوامل مختلفی که شامل عفونی و غیر عفونی می باشد باعث بوجود آمدن آن می گردد.

✓ عوارض احتمالی بیماری:

اشک ریزش، خارش، سوزش و ایجاد ترشح در چشم، قرمزی در چشم و یا سطح داخلی پلک، تاری دید و احساس حساسیت به نور معمولا در این بیماران بوجود می آید.

✓ روش برخورد با عوارض بیماری:

۱. نشانه های بیماری معمولاً یک تا دوهفته ادامه پیدامی کند.
۲. این بیماری مسری می باشد و باید با رعایت اصول بهداشتی از سرایت آن به دیگران خودداری نمایید.

✓ میزان فعالیت و استراحت در بیماری:

۱. در منزل جهت جلوگیری از انتشار بیماری استراحت نمایید و از بغل کردن و رو بوسی دیگران در طی مدت بیماری خودداری نمایید.

۲. در انجام فعالیت های روزانه زندگی منع وجود ندارد.

۳. مطالعه کردن و تماشای تلویزیون به شرطی که احساس خستگی نکنید منع ندارد.

۴. ازمالش و دست زدن به چشم و از رفت و آمد در

محل هایی که گرد و خاک وجود دارد خودداری نمایید.

۵. از حolle و رو بالشتی مشترک استفاده ننمایید.

عز از لوازم آرایشی چشمی مشترک استفاده ننمایید.

۷. در زمان بیماری شنا نکنید.

۸. پس از پایان درمان در صورت داشتن عینک، عینک خود را ضد عفونی نمایید.

۹. دارو تاثیر زیادی در بهبودی عفونت ویروسی ملتحمه

نداردو با گذشت زمان (حدود یک ماه) عالیم بهبود خواهد یافت و نیاز مراجعته مکرر به مراکز درمانی نمی باشد.

نشانی: اصفهان - میدان قدس ابتدای خیابان مدرس

مرکز آموزشی درمانی فیض

تلفن ۸ - ۳۴۴۵۲۰۳۱ و ۱۱ - ۳۴۴۷۶۰۱۰

وب سایت: feiz.mui.ac.ir

منابع: پرستاری داخلی و جراحی برونر و سودارت، چشم

وب سایت های مورد تائید چشم پزشکی

✓ مدیریت درد:

۱. خودرن مسکن خوارکی (استامینوفن) (انظر پزشک معالجتان منع ندارد).

۲. در صورت بروز علایمی مانند درد چشم، قرمزی شدید، حساسیت به نور، کاهش دید و ترشح چرکی فوراً به اورژانس چشم یا پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

۳. از کمپرس سرد استفاده نمایید و از گرم کردن چشم خود حتی با گل چای و لرم خودداری نمایید.



✓ آموزش خودمراقبتی:

۱. در روزهای تعیین شده جهت معاینه چشم، به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

۲. بعد از عمل مسافرت با اتومبیل، هواپیما، قطار و یا هر وسیله نقلیه دیگری با نظر پزشک معالج خود منع ندارد.

۳. زمان استحمام کردن را از پزشک معالج خود سوال نمایید.

۴. بعد از چکاندن قطره پلک را حدود سی تا چهل ثانیه بسته نگه دارید و آنرا مالش ندهید و از پلک زدن شدید خودداری کنید.

۵. موقع چکاندن قطره مراقب باشید که قطره چکان با پلک یا چشم تماس پیدا نکند.

۶. در پوشش قطره چکان را بالا فاصله پس از مصرف بیندید.

۷. ترشحات اطراف چشم را مرتب با دستمال تمیز نمایید و بعد از هر بار استفاده آن را دور بیندازد.

۸. قطره ها را بر اساس دستور روی آنها و در موقع انقضاض دور بیندازید.

۹. بین ریختن قطره های مختلف حداقل ۵ دقیقه صبر کنید تا اثر لازم را داشته باشد.

۱۰. اگر لازم است قطره و پماد را با هم مصرف کنید بهتر است اول قطره در چشم ریخته شود و سپس پماد را داخل چشم بگذارید.

۱۱. از قطره ها و پماد چشمی خود طبق نظر پزشک معالج استفاده نمایید.

۱۲. مدت زمان استفاده از قطره ها و پماد چشمی خود را از پزشک معالج سوال نمایید.

۱۳. از مصرف و یا قطع خودسرانه داروها جدا خودداری نمایید.