

## تعریف بیماری :

به کدر شدن، تیره و مات شدن عدسی چشم می گویند.

## عوارض احتمالی بیماری:

تاری دید، نزدیک بینی و دوربینی که بیشتر در یک چشم می باشد معمولا در این بیماران بوجود می آید. روش برخورد با عوارض بیماری:

۱- در صورت بروز تاری دید، نزدیک بینی و دوربینی که بیشتر در یک چشم می باشد باید حتما به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

۲. درمان اصلی بیماری جراحی می باشد ولی در

درمان های غیر جراحی معمولا با استفاده از دارو، قطره های چشمی و تجویز عینک با توجه به دستور پزشک معالج ، درمان صورت می گیرد.

## میزان فعالیت و استراحت در بیماری:

۱. از پزشک معالج خود در مورد نحوه خوابیدن و استراحت سوال کنید.

۲. بهتر است تا یک یا دو هفته بعد از عمل از فعالیت های شدید ، بلند کردن اجسام سنگین و زور زدن خودداری نمایید.

۳. در انجام فعالیت های

روزانه زندگی منعی وجود ندارد.

۴. از ایستادن در یک مدت زمان طولانی خودداری نمایید.

۵. از خم و راست شدن و حرکات سریع که به چشمتان آسیب می رساند پرهیز نمایید.

۶. مطالعه کردن و تماشای تلویزیون به شرطی که احساس خستگی نکنید ، منعی ندارد.

۷. در مورد رانندگی و فعالیت جنسی با پزشک معالج خود صحبت کنید.

۸. در بالا رفتن و پایین آمدن از پله دقت نمایید.

## پوزیشن مناسب در بیماری:

۱. پانسمان را تا ۲۴ ساعت روی چشم نگهدارید، بهتر است هنگام استراحت به سمت چشم عمل شده خود نخوابید.

۲. از خوابیدن به سمت شکم خودداری نمایید.

## 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 رعایت نمایند.

## آموزش استفاده صحیح از داروها در

### بیماری:

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

۲. دست ها را قبل از چکاندن قطره با آب و صابون بشوئید.

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.

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. درپوش قطره چکان را بلافاصله پس از مصرف ببندید.



بیمارستان شهید محمد منتظری

## کاتاراکت



تاریخ تدوین: ۱۴۰۱/۰۳/۲۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۰۹

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۰۹

کد: MH.BR.PE.OPH.۲۸۲

واحد آموزش به بیمار

۲. در صورت بروز علائمی مانند درد چشم، قرمزی شدید، حساسیت به نور (جرقه های نورانی)، احساس مگس پرانی؛ کاهش دید و ترشح چرکی فورا به اورژانس چشم با پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

### آموزش خودمراقبتی:

- ۱- یک هفته پس از عمل شستشوی صورت و حمام کردن با نظر پزشک معالج منعی ندارد.
- ۲- بعد از عمل مسافرت با اتومبیل، هواپیما، قطار و یا هر وسیله نقلیه دیگری با نظر پزشک معالج خود منعی ندارد.
- ۳- در روزهای تعیین شده جهت معاینه چشم، به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.
- ۴- بهتر است جهت محافظت از چشمتان در برابر نور مستقیم خورشید از عینک آفتابی استفاده نمایید.
- ۵- از مالش دادن و دستکاری چشم خود، خودداری نمایید.

۷. با یک دستمال تمیز قطره های اطراف چشم خود را تمیز نمایید.
۸. قطره ها را بر اساس دستور روی آنها و در موقع انقضاء 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 باهم 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.

### مدیریت درد:

۱. خوردن مسکن خوراکی (استامینوفن) با نظر پزشک معالجتان منعی ندارد.