



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت‌های پس از ترخیص

آب مروارید

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام کنید:

مراقبت در منزل:

- در روزهای اول بعد از عمل از مصرف مواد غذایی نفخ مانند حبوبات پرهیز کرده و جهت پیشگیری از یبوست بعد از عمل از سبزیجات، میوه، سالاد، روغن زیتون، برکه آلو و انجیر خیس شده و کمپوت هلو، گلابی، زرد آلو، سوپ و غیره در وعده‌های غذایی استفاده کنید.
 - فعالیت‌های عادی زندگی که توام با فعالیت شدید جسمانی نباشد بلامانع است.
 - محافظ پلاستیکی چشم یا شیلد قابل شستشو است. روزانه آن را با آب و صابون بشویید و پس از خشک نمودن، با کش یا نوار لاستیکی روی چشم بگذارید. مدت زمان استفاده از محافظ پلاستیکی چشم را از پزشک خود سوال کنید.
 - روزها می‌توانید از عینک آفتابی و شب‌ها از شیلد جهت حفاظ چشمی استفاده کنید.
 - بعد از جراحی آب مروارید نیاز به عینک مطالعه را پزشک تشخیص می‌دهد. دید شما در چند روز اول بعد از عمل ممکن است کامل نباشد.
 - زمان حمام کردن را حتماً از پزشک خود سوال کنید اما می‌توانید از همان روز اول پس از عمل تمام بدن بجز سر و صورت را بشویید.
 - در صورت اجازه پزشک جهت استحمام موقع شستشوی سر و صورت باید چشم‌ها را بسته نگه داشته و به هیچ وجه به پلک‌ها فشار نیاورید.
 - بهتر است از شامپو و صابون بچه جهت حمام استفاده کنید.
 - نماز خواندن از روز اول با تیمم با سنگ تمیز و یا وضوی جبیره بلامانع است، ولی تا یک هفته از سجده کردن خودداری کنید و مهر را با دست به پیشانی نزدیک کنید.
 - از بکار بردن مواد آرایشی (سرمه، ریمل، مژه مصنوعی، لنزهای رنگی، مواد روغنی در اطراف چشم و ...) جداً خودداری کنید و زمان شروع آن را از پزشک معالج خود سوال کنید.
 - هیچگاه چشم را با پارچه‌های خشن یا دستمال کاغذی تمیز نکنید و از پنبه تمیز استفاده کنید.
 - صبح‌ها پس از بیدار شدن از خواب ممکن است اطراف مژه‌ها و گوشه چشم ترشحات زیادی جمع شود که برای تمیز کردن آنها می‌توانید از قطره‌های چشمی آنتی بیوتیک (کلرامفنیکل، جنتامایسین، سولفاستامید و ...) طبق دستور پزشک داخل چشم و روی پلک‌ها ریخته و سپس به آهستگی با پنبه یا تمیز استریل آن را تمیز کنید. مراقب باشید که فشار انگشت مستقیماً به چشم وارد نشود.
 - سرما یا گرمای هوا آسیبی به چشم عمل شده وارد نمی‌کند. مسافرت با هواپیما یا هر وسیله دیگری بلامانع است. مطالعه و تماشای تلویزیون بلامانع است.
 - جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده کنید.
 - داروهای تجویز شده توسط پزشک مانند آنتی بیوتیک را در ساعات معین و تا اتمام کامل مصرف کنید و از مصرف خودسرانه دارو خودداری کنید. در هر مراجعه داروها را با خود بیاورید یا نام آن‌ها را به خاطر بسپارید.
 - بهتر است قطره توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود و در هنگام چکاندن قطره نباید نوک قطره چکان با سطح قرنیه، مژه‌ها یا پلک تماس پیدا کند.
 - در صورتیکه که بیش از یک نوع قطره استفاده می‌کنید قطره دوم حداقل 5 دقیقه بعد از قطره اول ریخته شود.
 - بعد از چکاندن قطره حداقل یک دقیقه چشم‌ها را ببندید و از پلک زدن‌های شدید خودداری کنید.
 - دقت کنید برچسب روی قطره‌ها کنده نشود و هر قطره را پس از مصرف در جلد خود قرار دهید.
 - سعی کنید قطره باز شده را در حرارت عادی (25 درجه سانتیگراد) نگهداری نموده و حداکثر تا 3 هفته پس از باز نمودن درپوش از آن استفاده کنید. از یخ زدگی یا گرمای شدید قطره جلوگیری شود.
 - پس از عمل جراحی به پشت بخوابد و از خوابیدن به سمت چشمی که عمل شده است و یا به طرف شکم خودداری کنید.
 - باید آرام باشید و از سرفه و عطسه کردن و زور زدن خودداری کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- ایجاد درد چشم، قرمزی، حساسیت به نور، کاهش دید
 - ترشح چرکی از چشم و تورم پلک
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی