



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

شیوه صحیح مصرف داروهای

چشمی

شماره پرونده:		نام خانوادگی:		نام:		بخش:		پزشک معالج:	
						اتاق:			
						تخت:			
نام پدر:		تاریخ تولد:		جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> 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 نمایید:

مراقبت در منزل:

- اشکال دارویی چشمی
- اشکال دارویی چشمی شامل قطره، پماد، ژل، محلول های شستشوی چشمی، لنزها و محلول های شستشوی لنز می باشند.
- اشکال دارویی چشمی حتماً بایستی استریل باشند و ذره نباید در این اشکال وجود داشته باشد.
- قطره ها
- قطره ها رایج ترین اشکال دارویی چشمی هستند. روش استفاده از اشکال دارویی مورد استفاده در چشم اهمیت زیادی دارد. در برخی موارد همانند استفاده از قطره های چشمی در کودکان، افراد مسن، افراد دارای مشکل بینایی یا کم بینا، آرتريت و ... لازم است سایر افراد برای ریختن قطره کمک کنند.
- در مصرف قطره های چشمی، یکسان بودن مقدار قطره مصرفی (دوز مصرفی) و پرهیز از آلوده شدن ظرف آن بسیار مهم است.
- هنگام استفاده دست ها باید با آب و صابون کاملاً شسته و تمیز بوده و قطره چکان با چشم و اطراف آن یا هر سطح دیگری تماس پیدا نکند.
- قطره باید درون پلک ریخته شود، نه روی کره چشم و پس از چکاندن هر قطره چشم ها باید به مدت 2 دقیقه بسته نگهداشته شوند.
- روش استفاده از قطره چشمی
- 1- دست های خود را با آب و صابون بشویید.
- 2- مراقب باشید دست های شما با نوک قطره چکان تماس پیدا نکند.
- 3- به سمت بالا نگاه کنید.
- 4- پلک زیرین را به سمت پایین بکشید تا حفره ای بین پلک و چشم ایجاد شود.
- 5- تا جایی که ممکن است قطره چکان را به این حفره نزدیک کنید، مراقب باشید قطره چکان با چشم شما تماس پیدا نکند.
- 6- به میزان تجویز شده از دارو در حفره چشم بچکانید و پلک زیرین را رها کنید.
- 7- چشم ها را به مدت دو دقیقه ببندید. دقت نمایید چشم ها نباید خیلی محکم فشرده شوند.
- 8- مایع اضافی را با یک دستمال کاغذی از دور چشم پاک کنید.
- 9- در صورتی که بیش از یک نوع قطره چشمی تجویز شده باشد، حداقل 5 الی 10 دقیقه بین استفاده دو نوع قطره فاصله بگذارید. (بعد از ریختن قطره اول حداقل 5 دقیقه صبر کنید و بعد قطره بعدی را در چشم بریزید)
- 10- قطره های چشمی ممکن است احساس سوزش در چشم ایجاد نمایند که البته نباید بیش از چند دقیقه طول بکشد، در صورتی که بیش از این طول کشید با پزشک یا داروساز مشورت نمایید.
- نحوه استفاده از پماد چشمی
- 1- دست های خود را با آب و صابون بشویید.
- 2- مراقب باشید سر تیوپ با چیزی تماس پیدا نکند.
- 3- سر را کمی به عقب خم کنید.
- 4- تیوپ را با یک دست نگاه دارید و با دست دیگر پلک زیرین را به پایین بکشید
- تا حفره ای بین پلک و کره چشم ایجاد شود.
- 5- تا جایی که ممکن است سر تیوپ را به این حفره نزدیک کنید.
- 6- مقدار تجویز شده از پماد را در این حفره قرار دهید.
- 7- چشم ها را به مدت 2 دقیقه ببندید.
- 8- پماد اضافی را با دستمال کاغذی تمیز از اطراف چشم تمیز کنید.



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

- 9- سر تیوپ را با یک دستمال دیگر تمیز کنید.
- 10- قطره ها و پمادهای چشمی حداکثر یک ماه پس از باز شدن درب آنها باید دور ریخته شوند.
- 11- هرگز از قطره و یا پماد چشمی دیگران استفاده نکنید، زیرا احتمال آلودگی این داروهای چشمی در حین مصرف بسیار بالاست.
- 12- داروهای چشمی برای بیش از 3 روز توصیه نمی شوند، در صورتی که پس از 3 روز هنوز هم ناراحتی چشم ادامه دارد، حتماً به پزشک مراجعه کنید.
- لنزهای تماس چشمی
- لنزهای تماسی را به انواع طبی و آرایشی تقسیم می کنند.
- لنزها انواع نرم و سخت دارند. پس از گذشت مدت زمان ذکر شده در خصوص زمان استفاده از لنزها باید آنها را دور انداخت. (روزانه، هفتگی، ماهانه)
- به تاریخ انقضای ذکر شده روی لنزها باید توجه نمود.
- اگر از لنزهای تماسی چشمی (خصوصاً نوع نرم) استفاده می کنید، در صورت بروز هر گونه تاری دید
- یا حساسیت نسبت به نور، فوراً با پزشک تماس بگیرید.
- برای مراقبت از لنزها و مراقبت از چشم ها حین استفاده از لنزها فرآورده های متفاوتی وجود دارند که شامل موارد زیر است. (در خصوص مصرف موارد زیر با داروساز، پزشک و یا بینایی سنج مشورت کنید)
- 1- قرص های آنزیمی: برای ضدعفونی، شستشو، آبکشی و نگهداری لنز بکار می روند.
- 2- قرص های آنزیمی: برای برداشتن رسوب پروتئینی از روی لنزها به صورت هفته ای یکبار کاربرد دارند.
- 3- محلول های نمکی (سالین): برای آبکشی لنز پس از شستشو به کار می روند.
- 4- محلولهای شستشوی روزانه: چند قطره در حالی که لنز در کف دست قرار دارد روی لنز ریخته شده و هر دو طرف آن به مدت 20 ثانیه با انگشتان مالش داده می شود. ناخن های بلند ممکن است سبب خراشیدگی و پارگی لنز شوند.
- 5- محلولهای ضدعفونی کننده: محلول هیدروژن پراکساید برای ضدعفونی لنز استفاده می شود. پس از استفاده از آن باید حتماً لنز را با محلول آبکشی شستشو نمود تا باقیمانده محلول (هیدروژن پراکساید) روی لنز از بین برود. در صورت تماس این محلول با چشم باید چشم را به سرعت با آب معمولی شستشو داده و به پزشک مراجعه شود.
- 6- محلول های مرطوب کننده چشم: برای رفع اصطکاک بین لنز و پلک ها و رفع خشکی چشم استفاده می شود.
- هنگام استفاده از این فرآورده ها باید از همخوانی آن با نوع لنز مورد استفاده اطمینان حاصل نمود.
- هرگز نباید لنز را با آب معمولی شستشو داد زیرا می تواند سبب بروز آلودگی و ایجاد صدمات جبران ناپذیر به چشم گردد.
- توجه داشته باشید که رعایت بهداشت محلول نگهدارنده لنز و جا لنزی، تعویض مرتب و به موقع آنها و انتخاب محلول های نگهدارنده ای که با نوع لنز و چشم شما سازگاری کامل داشته باشند در آسایش و آرامش شما نقش زیادی دارند.

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی
واحد آموزش سلامت