



### راهنمای مراقبت پس از جراحی کاتاراکت (آب مروارید) و گلوکوم (آب سیاه)

- ۱- استراحت نسبی داشته باشید و از خوابیدن روی چشم عمل شده خودداری کنید.
- ۲- رژیم قبل از جراحی خود را ادامه دهید (جهت پیشگیری از یبوست وزور زدن که باعث افزایش فشار چشم می شود، از رژیم غذایی مایعات و پرفیبر(میوه جات و سبزیجات)بیشتر استفاده نمایید).
- ۳- داروهای تجویز شده را به طور منظم استفاده نمایید.
- ۴- قبل از چکاندن قطره ها دستهای خود را بشویید.
- ۵- از تماس درب قطره ها با چشم هنگام چکاندن قطره ها خودداری کنید.
- ۶- به مدت دو هفته به خصوص در موقع خواب از محافظ چشم (شیلد) استفاده نمایید.
- ۷- از وارد آمدن فشار و ضربه به چشم پرهیز نمایید.
- ۸- تا دو هفته از خم شدن سر خودداری نمایید (به هنگام نماز خواندن نباید سجده کنید بلکه مهر را به پیشانی بچسبانید).
- ۹- از مالیدن پلکها خودداری کنید.
- ۱۰- تا یک هفته چشم خود را آب نزنید (می توانید از گردن به پایین حمام کنید).
- ۱۱- در صورت احساس هرگونه ناراحتی (از جمله درد ، قرمزی ، حساسیت به نور ، کاهش دید و ....) فوراً به پزشک معالج یا واحد اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.

واحد آموزش به بیمار