



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین (ع) رشت

کتابچه آموزش به بیمار

(آشنایی با بیماریها و جراحی های شایع چشمی)



گروه آموزش سلامت مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین (ع)

www.gums.ac.ir/amir

با تشکر از همکاران پرستاری مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین(ع) به ویژه:

خانم ها :

مریم حسین زاده (مدیر پرستاری)، جنت سلیمانی کامران (سوپروایزر آموزش سلامت)، شهربانو
اخلاق نجات (سوپروایزر آموزشی)



فهرست

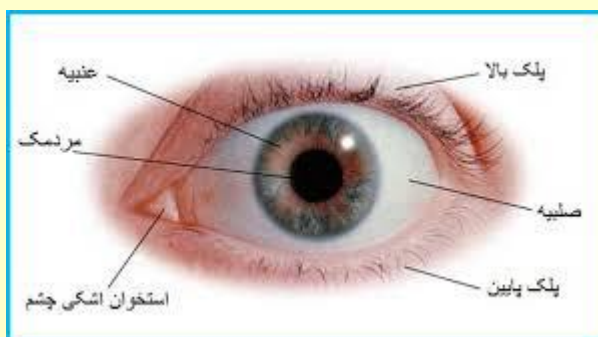
۴.....	مقدمه
۵.....	آب مروارید
۸.....	آب سیاه
۱۱.....	پیوند قرنیه
۱۵.....	جداشدگی شبکیه
۱۷.....	استرابیسم
۱۹.....	تخلیه چشم
۲۱.....	صدمات چشمی
۲۳.....	جسم خارجی چشم
۲۴.....	سوختگی شیمیایی چشم
۲۶.....	کراتیت
۲۸.....	داکروسیستیت
۳۰.....	رتینوپاتی
۳۲.....	بیماریهای عروق شبکیه
۳۳.....	تزریق آواستین
۳۵.....	ناخنک
۳۷.....	نحوه استفاده از قطره های چشمی
۴۱.....	منابع

مقدمه:

بیمار و همراه گرامی

سلام

در این کتابچه شما با بیماری ها و جراحی های شایع چشمی ، علل، علائم، درمان، مراقبت های بعد از عمل آشنا می شوید که این آموزش ها باعث می شود توانایی شما خانواده گرامی و بیمارتان برای تصمیم گیریهای بهداشتی مناسب افزایش یافته و جهت مشارکت در امر ارتقاء کیفیت زندگی و تداوم سلامت، مهارت و توانایی لازم را کسب نمایید.





آب مروارید

آیا می دانید بیماری آب مروارید چیست ؟

آب مروارید یا کاتاراکت عبارت است از کدورت یا مات شدن عدسی چشم که به دنبال تراکم و تجمع پروتئین ها در عدسی چشم به وجود می آید که موجب پراکنده شدن پرتوهای نور می شود.

آیا عوامل خطرزا در بیماری آب مروارید را می شناسید؟

شایع ترین علت کاتاراکت افزایش سن است، اما فاکتورهای زیاد دیگری ممکن است موثر باشند از جمله ضربات، سموم، بیماریهایی مانند دیابت، سیگار کشیدن و وراثت

آیا علائم بیماری آب مروارید را می شناسید؟

-تاری دید بدون درد

-حساس شدن به نور

- حس کردن نقطه های نورانی به طور پراکنده

- تیرگی رنگ ها

-نزدیک بینی

-آستیگماتیسم

-دوبینی

آیا با درمان های آب مروارید آشنایی دارید؟

در مراحل اولیه ی کاتاراکت ، استفاده از عینک، لنزهای تماسی و عینکهای دو کانونی قوی می تواند در بهبود بینایی نقش داشته باشد ولی درمان قطعی آب مروارید، جراحی می باشد.



آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

- 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 و زور 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.
 - ۶- به مدت دو هفته به خصوص در موقع خواب از محافظ چشم (شیلد) استفاده نمایید.
 - ۷- از انجام اقداماتی مانند عطسه، سرفه، زور زدن و خم کردن سر به سمت پایین، که سبب افزایش فشار داخل چشم می شود
 - ۸- از خم شدن و ایستادن طولانی مدت خودداری کنید .
 - ۹- از حبس نفس و اعمال فشار به دنبال بلند کردن اجسام سنگین، به مدت ۶ هفته خودداری شود.
 - ۱۰- از وارد آمدن فشار و ضربه به چشم پرهیز نمایید.
 - ۱۱- تا دو هفته به هنگام نماز خواندن نباید سجده کنید بلکه مهر را به پیشانی بچسبانید.
 - ۱۲- از مالیدن پلکها خودداری کنید.
 - ۱۳- با دستور پزشک معالج تا سه روز تا یک هفته چشم خود را آب نزنید .
 - ۱۴- به علت حساسیت چشم عمل شده به نور، جهت مراقبت از چشم در برابر نور خورشید از عینکهای دودی استاندارد استفاده نمایید.
 - ۱۵- ترشحات چشم خود را از قسمت داخلی چشم به قسمت خارجی با استفاده از یک گاز یا پنبه تمیز و قطره اشک مصنوعی تمیز نمایید.
 - ۱۶- 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.
- * لازم به ذکر است که وجود ترشحات مختصر و احساس خارش و قرمزی تا حدی به خصوص در صبح طبیعی تلقی می شود.

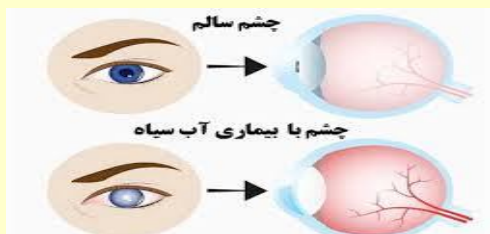


*** آیا می دانید جهت ایمنی خود در منزل (به دلیل کاهش دید محیطی) باید به چه نکاتی توجه کنید؟**

- از خم کردن سر و پایین آوردن کامل سر در سمت مبتلا برای دیدن اشیا اجتناب کنید.
- به دلیل حساس شدن چشم به نور پس از جراحی در روز از عینکهای تیره استفاده کنید.
- به آرامی حرکت کنید و از حرکات سر به طرف بالا و پایین در تشخیص پله ها و اشیائی که به شما نزدیک می شود استفاده کنید.
- سر را از یک سمت به سمت دیگر برای دید محیطی بچرخانید.
- *اگر لنز تماسی دارید ، تصاویر برای شما ۷ تا ۱۰ درصد بزرگتر می شوند، دید محیطی شما سالم خواهد بود و عینک مطالعه نیز تجویز خواهد شد.
- * جهت قرار دادن و خارج کردن لنز تماسی به پزشک خود مراجعه کنید.
- *اگر دارای لنز کاشتنی هستید (این لنز به وضوح تصویر کمک می کند) ، عینک نیز برای دید نزدیک بین شما در ۸ تا ۱۲ هفته پس از عمل تجویز خواهد شد.



آب سیاه



آیا می دانید بیماری گلوکوم (آب سیاه) چیست ؟

گلوکوم اصطلاحی است که به منظور توصیف دسته ای از بیماریهای چشم به کار برده می شود که با تخریب عصب بینایی همراه می باشد که معمولا با افزایش فشار داخل چشمی همراه است.



" دید طبیعی "



" دید بیمار گلوکوم "

آیا عوامل خطرزا در بیماری آب سیاه را می شناسید؟

سابقه آب سیاه در خانواده، قرنیه نازک، نژاد آمریکایی آفریقایی تبار، سن بالا، بیماری دیابت، بیماری قلبی عروقی، سندروم های میگرنی، نزدیک بینی، ضربه های چشمی، سابقه استفاده طولانی مدت از کورتون ها از عوامل خطرزای آب سیاه می باشند.

آیا انواع آب سیاه را می شناسید؟

بر اساس مکانیسم افزایش فشار داخل چشم گلوکوم به دو دسته گلوکوم با زاویه باز و گلوکوم با زاویه بسته تقسیم می شود.

گلوکوم با زاویه باز: معمولا دوطرفه است، اما شدت آن در یک چشم بیشتر می باشد.

انواع گلوکوم با زاویه باز و علائم آن:

- ۱- گلوکوم اولیه با زاویه باز: افزایش فشار چشم، تخریب عصب بینایی، اختلال در میدان دید، درد چشم، سردرد، دیدن هاله نور
- ۲- گلوکوم با فشار طبیعی: تخریب عصب بینایی و اختلال در میدان بینایی
- ۳- ازدیاد فشار داخل چشم: افزایش فشار داخل چشم، درد چشم یا سردرد

انواع گلوکوم با زاویه بسته و علائم آن:

۱- گلوکوم با زاویه بسته حاد: اختلال بینایی، درد، پر خونی ملتحمه، تهوع، استفراغ، کاهش ضربان قلب، عرق ریزش، کاهش دقت دید محیطی، افزایش شدید فشار داخل چشمی، تورم قرنیه، عدم تطابق دید و واکنش به نور



۲- گلوکوم با زاویه بسته تحت حاد: تاری موقتی دید، دیدن هاله در اطراف لامپ ها و اشیای نورانی، درد چشمی یا سردرد گیجگاهی، مردمک ممکن است نیمه گشاد

۳- گلوکوم با زاویه بسته مزمن: نقصان میدان بینایی، فشار داخل چشم طبیعی یا افزایش یافته، درد چشم و سردرد

آیا با درمان های انواع آب سیاه آشنایی دارید؟

۱- درمان دارویی

۲- لیزر درمانی

۳- جراحی

آیا بادره‌هایی که در درمان بیماری‌تان کاربرد دارد آشنا هستید ؟

نام دارو	عوارض جانبی	توجهات
قطره پیلوکارپین 	سوزش چشم ، نزدیک بینی ، تاری دید، درد پیرامون کاسه چشم، ضعف بینایی در تاریکی	-توصیه میشود در محیط تاریک که مشکل بینایی خواهید داشت با احتیاط عمل کنید به ویژه به دلیل اختلال در دید شب ، از رانندگی کردن در شب خودداری کنید.
قطره تیمولول 	کاهش ضربان قلب، افزایش مشکلات ریوی و کاهش فشارخون	-سوزش و ناراحتی موقت در چشم پس از مصرف این دارو ، شایع می باشد. -دقت نمایید که نوک قطره چکان با چشم تماس پیدا نکند. -جهت جلوگیری از تاثیر دارو بر سیستمهای دیگر بدن ، حرارت اشکی بینی را با فشار موقتی دست چند ثانیه نگهدارید. *این داروها در بیماریهایی مانند آسم، نارسایی مزمن ریوی، کاهش ضربان قلب و نارسایی قلبی ممنوع است.
قطره بتاکسولول 	سوزش و خارش چشم، اشک ریزش، اشک ریزش، قرمزی، اندازه نابرابر مردمک ها، ناراحتی گذرا پس از چکاندن دارو، ترس از نور	-مصرف همزمان این دارو با برخی از قطره های چشمی مانند پیلوکارپین باعث کاهش بیشتر فشار چشم می شود. -در صورت فراموش کردن یک نوبت از دارو ، بلافاصله بعد از یادآوری استفاده کنید مگر اینکه تا نوبت بعدی کمتر از ۲ ساعت فاصله باشد. -در صورت بروز تنگی نفس ، بی قراری ، بی خوابی ، اضطراب و ورم زانو فوراً به پزشک معالج خود و یا اورژانس مرکز درمانی مربوطه مراجعه نمایید. -در صورتی که مبتلا به پرکاری تیروئید می باشید دارو را به طور ناگهانی قطع ننمایید چون باعث تشدید بیماری می شود. -توجه نمایید که حتما در خلال درمان با این دارو جهت محافظت از چمها از عینک آفتابی استفاده کنند. -پس از چکاندن قطره از بستن محکم پلکها یا پلک زدن بیش از حد خودداری کنید. -حواستان باشد که نوک قطره چکان با چشم و بافتهای اطراف تماس پیدا نکند.
قطره بریمودین 	قرمزی چشم، خشکی مخاط های دهان و بینی	-توجه نمایید که از انجام کارهایی(مانند رانندگی) که نیاز به هوشیاری دارد به دلیل ایجاد خستگی و خواب آلودگی به دنبال مصرف این قطره، خودداری نمایید. -دقت نمایید که حداقل تا ۱۵ دقیقه پس از مصرف دارو، لنز خود را داخل چشم قرار ندهید. -توجه داشته باشید در صورت بروز تحریک چشم، واکنش افزایش حساسیت و عفونت فوراً به پزشک معالج خود و یا اورژانس مرکز درمانی مربوطه مراجعه نمایید.

قرص استازولامید	اختلال شنوایی، وزوز گوش	- توجه نمایید که از انجام کارهایی (مانند رانندگی) که نیاز به هوشیاری دارد به دلیل خواب آلودگی به دنبال مصرف این قطره، خودداری نمایید. - در صورت بروز ناراحتی گوارشی، داروی خوراکی را با غذا مصرف نمایید. - در صورت بروز تهوع، استفراغ، خشکی دهان، ضعف، تشنگی، خواب آلودگی، بی قراری، گیجی، تشنج، درد عضلات، افت فشارخون و تندشدن ضربان قلب فوراً به پزشک معالج خود و یا اورژانس مرکز درمانی مربوطه مراجعه نمایید. - بهتر است از مصرف غذاهای حاوی سدیم مانند نمک، انواع پنیر شور، غذاهای کنسروی و آماده و..... اجتناب کنید و غذاهای حاوی پتاسیم مانند موز و گوجه فرنگی مانند مصرف نمایید. - در صورت داشتن سابقه ی حساسیت به سولفا این دارو نباید مصرف شود. - توجه نمایید که بطور منظم الکترولیتهای سرم خون خود را چک نمایید.
دورزولامید	سوزش چشم، درد چشم، تاری دید، خشکی چشم، دلمه بستن پلک، ترشح اشک واکنشهای حساسیتی چشم، ترس از نور	- جهت جلوگیری از تاثیر دارو بر سیستمهای دیگر بدن، حفرات اشکی بینی را با با فشار موقتی دست چند ثانیه نگه دارید. - طی درمان از لنز نرم استفاده نکنید. - توجه نمایید که در شروع درمان، دید شما موقتا دچار اختلال می شود. - در صورت بروز تحریک چشم، عفونت و یا واکنشهای حساسیتی فوراً به پزشک معالج خود و یا اورژانس مرکز درمانی مربوطه مراجعه نمایید.
لاتانوپروست	تیره شدن عنبیه، قرمزی ملتحمه و احتمال عوارض پوستی مانند راش	هرگونه عوارض جانبی را سریعاً به پزشک خود اطلاع دهید.

آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

- به منظور جلوگیری از ایجاد صدمات احتمالی به چشم عمل شده، تا مدت زمانی که پزشک معالج دستور داده است از یک محافظ مخصوص (شیلد چشمی) بر روی چشم استفاده کنید. (محافظ پلاستیکی قابل شستشو می باشد روزانه با آب و صابون بشوئید و خشک کنید سپس بر روی چشم خود قرار دهید)
- به دلیل اینکه پس از جراحی چشمهای شما به نور حساس می شود می توانید از عینک های آفتابی در طول روز به خصوص بیرون از منزل استفاده نمایید.
- شستشوی بدن از گردن به پایین بعد از روز اول، اشکالی ندارد ولی لازم است تا چندروز پس از عمل (بنا به صلاحدید پزشک معالج از ۳ روز تا ۷ روز پس از جراحی) از آب زدن به چشم عمل شده پرهیز شود. می توانید برای شستن موها سر را به عقب خم کنید تا آب به طرف چشم نیاید (بهتر است مدتی پس از جراحی از شامپو و صابون بچه برای شستشوی سراسر استفاده کنید).
- در ارتباط با شروع رانندگی و بازگشت به کار با پزشک خود مشورت نمایید.
- هرگز بدون مجوز پزشک و به ویژه در شب رانندگی نکنید،
- در مورد نیاز به استفاده از عینک آفتاب طبی برای رانندگی حتماً از پزشک مشورت بگیرید.

- به مدت دو هفته از خوابیدن روی چشم جراحی شده اجتناب کنید.
- در اکثر موارد نیاز به ویزیت های مکرر توسط پزشک پس از عمل جراحی می باشد، لطفا مراجعه به موقع طبق توصیه پزشک را جدی بگیرید.
- پس از جراحی نیاز به استراحت دارید ولی انجام فعالیت های عادی برای شما مانعی ندارد. (می توانید فعالیت های معمول روزمره شامل پیاده روی و تماشای تلویزیون را چند روز بعد از جراحی از سر بگیرید).
- از برداشتن اجسام سنگین خودداری کنید زیرا برداشتن اشیای سنگین باعث افزایش فشار در چشم جراحی شده خواهد شد.
- از انجام ورزشهای شدید یا باغبانی و یا کارهای سنگین خودداری نمایید.
- از انجام فعالیتهایی مانند پوشیدن لباسهای تنگ اطراف تنه و گردن خودداری نمایید.
- از پایین آوردن سر خود تا نزدیکی کمر اجتناب کنید، زیرا در چنین حالتی به چشم جراحی شده فشار وارد می شود (در عمل جراحی آب سیاه به مدت ۲ هفته نماز را به صورت نشسته به جای آورید و سر خود را برای سجده به پایین خم نکنید).
- از تکان ناگهانی و شدید سر و زور زدن به هنگام اجابت مزاج پرهیز نمائید
- سعی کنید از عطسه و سرفه شدید خودداری نمایید. (با دهان باز عطسه و سرفه نمایید)
- از مالیدن چشم خود پرهیز کنید.
- در مورد ادامه استفاده از لنزهای تماسی با پزشک خود مشورت نمایید.
- مواظب باشید چشم و سر و صورت شما در معرض ضربه قرار نگیرد.
- یک هفته پس از عمل، می توانید مسافرت با هواپیما یا هر وسیله دیگری با اجازه پزشک داشته باشید.
- این بیماری و عمل جراحی آن از نظر تغذیه، رژیم خاصی ندارد و چنانچه قبل از عمل رژیم معینی داشتید (دیابت، فشارخون، زخم معده و ...) بعد از عمل هم به همان رژیم ادامه دهید .
- در صورت استفاده از آسپرین یا داروهای رقیق کننده خون، در مورد شروع مجدد آنها هنگام معاینه پس از جراحی، از پزشک خود سؤال نمائید.

محافظ چشم را شبها و در موقع خواب حتما روی چشم قرار دهید.



***** به دلیل کاهش دید محیطی که پس از جراحی برای شما ایجاد می شود به توجهات ذیل در زمینه ایمنی در منزل توجه نمایید:**

- سر خود را برای دیدن اطراف بچرخانید.
- برای دیدن پله ها و اشیائی که در حال نزدیک شدن هستند از حرکات بالا و پایین سر استفاده کنید و نیز اینکه به آهستگی قدم بزنید.
- محیط خانه به منظور جلوگیری از افتادن، شلوغ و به هم ریخته نباشد (مثل قالیچه هایی که امکان سر خوردن دارد، سیمهای الکتریکی و چیزهایی که روی زمین ریخته شده)
- در شب، نور ضعیف و هنگام غروب، با احتیاط عمل کنید. (می توانید در این زمانها روشنایی بیشتری فراهم کنید و در هنگام رانندگی در شب توجه بیشتری نمایید).

کراتوپلاستی (پیوند قرنیه)



آیا می دانید جراحی پیوند قرنیه چیست ؟

عبارت است از جانشین کردن یک قرنیه سالم به جای قرنیه آسیب دیده

آیا موارد جراحی پیوند قرنیه را می دانید؟

پیوند قرنیه معمولا در ضایعات قرنیه قوز قرنیه، زخم های قرنیه، نازک شدن قرنیه و سوراخ شدن قرنیه و اختلالات رشد قرنیه (دیستروفی قرنیه) انجام می شود.

آیا می دانید افراد دهنده پیوند باید چه ویژگیهایی داشته باشند؟

افراد دهنده پیوند باید فاقد موارد زیر باشند:

مرگ به علت ناشناخته، سابقه ابتلا یا شک به ابتلا به بیماریهای (ایدز، هپاتیت، هاری، عفونت چشمی و عفونتهای عمومی بدن)، اختلالات ملتحمه یا قرنیه، تومورهای چشمی، التهابات چشمی، سابقه ضربات چشمی سابقه جراحیهای چشم مانند پیوند قرنیه یا جراحی لیزیک چشم

آیا علائم نارسایی پیوند (رد پیوند) را می دانید؟

علائم زودرس رد پیوند عبارتند از: تیرگی دید، احساس ناراحتی، اشک ریزش یا قرمزی چشم

آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

- ۱- دستورات دارویی از روز بعد از عمل شروع می شود حتما بعد از ترخیص از بیمارستان از داروهای تجویز شده در ساعت مقرر و طبق دستور پزشک استفاده کنید.
- ۲- حداقل ۷ تا ۸ ماه بعد از عمل باید از محافظ چشم استفاده کنید البته می توان روزها از عینک آفتابی یا عینک محافظ و شبها از محافظ چشم استفاده کنید. (با نظر پزشک معاج)
- ۳- هیچ گونه محدودیت غذایی ندارید . البته بهتر است تا یک ماه بعد از عمل از غذاهایی که اجابت مزاج را تسهیل میکنند (مانند انواع میوه جات و سبزیجات) استفاده کنید.
- ۴- یک ماه بعد از عمل لازم است از فعالیتهای سنگین شامل بلند کردن اجسام بیش از ۶ کیلوگرم و فعالیتهای که نیاز به فشار آوردن دارد خودداری کنید.
- ۵- حتی الامکان باید حداقل ۳-۵ روز بعد از عمل از تماس آب با چشم خودداری کنید ولی شستشوی اطراف چشم بلامانع است (از جهت وضو) و تا ۱۰ روز باید سعی کنید رکوع با ملایمت صورت بگیرد و بهتر است برای سجده مهر را روی پیشانی بگذارید.
- ۶- در صورتی که مشکل خاصی نباشد می توانید پس از یک هفته حمام کنید.
- ۷- روزه در صورتی که داروی خوراکی تجویز نشده باشد منعی ندارد و در صورت تجویز داروی خوراکی باید با پزشک مشورت کنید.
- ۸- ترشحات چشم در چند روز اول بعد از عمل زیاد است ، لذا لازم است اطراف پلک ها با یک گاز تمیز و نرم پاک کنید.
- ۹- قرنیه پیوند شده حداقل ۶ تا ۹ ماه بعد از عمل فاقد حس می باشد و ممکن است تماس اجسام خارجی با آن حس نشود بنابراین هنگام تمیز نمودن اطراف پلک ها باید مراقبت بود که روی چشم فشار نیاید و اجسام خارجی با قرنیه تماس حاصل نکنند.

آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه فوری به اورژانس بیمارستان را می دانید؟

قرمزی و اشک ریزش ، کاهش دید ، درد ، احساس جسم خارجی و حساسیت به نور



جداشدگی شبکیه (دکولمان شبکیه)

آیا می دانید جداشدگی شبکیه چیست ؟

جداشدگی شبکیه به معنی جداشدن لایه رنگدانه ای شبکیه از لایه حسی عصبی آن می باشد.

آیا عوامل موثر در بروز جداشدگی شبکیه را می دانید؟

این عوامل عبارتند از: نزدیک بینی، جراحی آب مروارید، ضربات چشم، فشارخون شدید، اختلالات کلیوی، بیماری قند (دیابت)، انسداد وریدهای شبکیه، تومورهای شبکیه

آیا علائم جداشدگی شبکیه را می شناسید؟

وجود سایه یا پرده در دید یک چشم، مشاهده تارهای عنکبوت

مشاهده نورهای چشمک زن درخشان یا مشاهده ناگهانی تعداد زیادی نقاط شناور، عدم درد



آیا درمان جداشدگی شبکیه را می دانید؟

وقتی که شبکیه کنده می شود و از محل طبیعی خود جابه جا می شود اگر به سرعت درمان نشود منجر به از بین رفتن بینایی می شود که از چند روش جراحی برای ترمیم و چسباندن شبکیه می شود که عبارتند از درمان با لیزر، کرایوتراپی (سرمادرمانی)، تزریق گاز خاص، تخلیه زجاجیه (باکل ویتروکتومی) که جراح مناسبترین روش را انتخاب می کند.

آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

- ۱- اگر پس از جراحی دچار حالت تهوع و استفراغ شدید، از آب میوه های شیرین و غذای کم تا بازگشت اشتها استفاده نمایید.
- ۲- گاهی لازم است پس از عمل جراحی بیمار به مدت ۲۴ الی ۴۸ ساعت هر دو چشمش بسته باشد، در اینصورت چشم سالم فقط در مواقع بسیار ضروری باید بازگردد و در سایر مواقع هر دو چشم باید بسته باشد. این عمل به موفقیت عمل جراحی کمک خواهد نمود.
- ۳- اگر طی عمل جراحی داخل چشم، گاز تزریق شده است، باید در چند روز اول سرخود را در وضعیت خاصی قرار دهید (رعایت این وضعیت که با توجه به محل پارگی و نوع عمل انجام شده، توسط پزشک معالج برای بیمار توضیح داده می شود در روزهای اول پس از عمل جراحی بسیار مهم است) زیرا با گذشت زمان گاز داخل چشمی جذب شده و اثر بخشی آن از بین خواهد رفت.
- ۴- اگر طی عمل جراحی داخل چشم روغن تزریق شده باشد، باید در چند روز اول پس از عمل بر روی شکم بخوابید و در صورتیکه وضعیت خوابیدن روی شکم را نمی توانید تحمل کنید باید در حالت نشسته و ایستاده صورت خود را رو به پایین قرار دهید.
- ۵- استراحت شما پس از عمل نسبی می باشد.
- ۶- بخیه های چشم دو نوع می باشند: بخیه های عمقی، که دائمی بوده و برداشته نمی شوند و بخیه های سطحی، که اگر پس از ۲ تا ۳ هفته نیفتاده باشند توسط پزشک معالج برداشته می شوند (برخی از جراحی ها هم بدون بخیه انجام می شود).
- ۷- پس از ترخیص در تاریخ های تعیین شده جهت معاینه مراجعه کنید.
- ۸- نماز خواندن با وضوی جبیره از روز عمل بلامانع است (خودداری از سجده کردن تا یک هفته پس از جراحی)
- ۹- زمان حمام کردن را حتماً از پزشک خود سوال کنید. معمولاً اگر عمل جراحی با عارضه ای توأم نباشد بعد از روز پنجم می توانید حمام کنید.
- ۱۰- مطالعه، تماشای تلویزیون و فعالیتهای عادی زندگی مانعی ندارد به شرطی که نحوه صحیح قرارگرفتن سر، رعایت را رعایت کنید.
- ۱۱- تعداد روزهای بعد از عمل را همیشه بخاطر بسپارید و در هر مراجعه یادآوری کنید.
- ۱۲- پس از عمل، مسافرت با اتومبیل و قطار (به غیر از ارتفاعات) بلامانع است ولی حتماً قبل از مسافرت با هواپیما با پزشک معالج مشورت کنید.
- ۱۳- بعد از عمل جهت محافظت از محل عمل و ضربه به چشم، از محافظ پلاستیکی (شیلد) به مدت یک هفته استفاده کنید. روزها می توانید از عینک و شبها از شیلد استفاده نمایید (محافظ پلاستیکی قابل شستشو است روزانه آن را با آب و صابون بشوئید و سپس روی چشم خود قرار دهید).
- ۱۴- مصرف قطره های چشمی حداکثر ۱ تا ۲ ماه پس از عمل لازم است و ادامه داروها حتماً باید تحت نظر پزشک معالج باشد. از مصرف خودسرانه داروها جداً خودداری کنید.

۱۵- در هر مراجعه داروهای مصرفی را با خود بیاورید و نام آنها را نیز یاد بگیرید چون اولاً ممکن است داروخانه مشابه دارو و یا داروی دیگری داده باشد که حتماً باید کنترل شود و یا به علت تشابه ظاهری برخی قطره ها و دید کم بیماران، داروها جابجا مصرف شوند.

۱۶- هیچ گاه اطراف چشم را با پارچه های خشن یا دستمال کاغذی تمیز نکنید زیرا این کار ممکن است باعث خراش قرنیه شود. برای پاک کردن چشم می توانید از پنبه تمیز استفاده کنید.

۱۷- در چند روز اول پس از عمل به علت خراش قرنیه یا وجود گاز یا روغن داخل چشم، بینایی کم است که پس از چند روز مشکل برطرف خواهد شد.

آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس را می دانید؟

درد دائمی چشم، قرمزی، حساسیت به نور، کاهش دید و خروج ترشحات چرکی از چشم



استرابیسم

آیا می دانید استرابیسم چیست ؟

لوچی به معنای نزدیک کردن نسبی چشم برای دید بهتر است که گاهی به معنای استرابیسم به کار می رود. عدم همراستایی چشم ممکن است در هر جهتی باشد (به سوی داخل، بالا یا پایین و یا چرخشی باشد).

انحراف چشم تقریباً در ۴۰ درصد از کودکان وجود دارد و درمان آن باید به محض مسجل شدن تشخیص شروع شود تا بهترین تیزبینی ممکن و دید دوچشمی تامین گردد.

همچنین انحراف چشم می تواند اکتسابی و در اثر عواملی مانند فلج اعصاب مغزی، بیماری ساقه مغز، بیماریهای چشمی مانند توده های کره چشمی، شکستگیهای کاسه چشم و بیماریهای چشمی که به دنبال بیماری تیروئید ایجاد می شود، به وجود آید.

در عمل جراحی استرابیسم عمل روی عضلات اطراف چشم که به صلبیه چسبندگی دارند انجام می شود و هدف آن هم راستا شدن چشم ها و عملکرد مناسب حرکات دو چشم می باشد.

آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

- ۱- به جز موارد نادر بعد از عمل، پانسمان نیاز نمی باشد در ضمن حرکت بیمار بعد از عمل مثل راه رفتن و غیره بلامانع است.
- ۲- در ساعات اولیه بعد از عمل ممکن است قطرات خونابه ای از چشم جاری شود که این موضوع باعث نگرانی نمی باشد.
- ۳- در تاریخ های تعیین شده جهت معاینه مراجعه کنید و در هر مراجعه داروی مصرفی خود را همراه خود بیاورید
- ۴- سعی کنید قطره را در زمانهای تعیین شده مصرف کنید، در فواصل خواب نیاز به ریختن قطره نمی باشد.

والدین گرامی بستن چشم که توسط پزشک معالج شما توصیه شده برای جلوگیری از تنبلی چشم است، لذا به نکات زیر توجه کنید:

- ۱- برای بستن چشم کودک، او را مجبور نکنید و از جملات و کلمات مثبت استفاده کنید.
- ۲- ضمن سرگرم کردن کودک و تحمل بستن چشم، دید نزدیک وی را نیز تحریک می کند و سبب تقویت اثر بستن چشم می شود، لذا این کار توصیه می شود.
- ۳- والدین کودک باید توجه داشته باشند زمانی که چشم کودک بسته است، از بازی هایی که احتمال سقوط یا خطر برای کودک دارد (مثل بازی های دویدنی) پرهیز کنید.
- ۴- در زمان بستن چشم ها، کودک را به مهمانی یا به جایی نبرید که توجه اطرافیان یا دوستان به او جلب شود، زیرا باعث افزایش اضطراب کودک و کاهش همکاری او می شود و از ادامه درمان سر باز می زند.
- ۵- چنانچه کودک به مهد می رود، با مربی او صحبت کنید تا در مهد با کودک رفتار مناسبی داشته باشد و سایر بچه ها نیز توجه شوند. به این ترتیب، ساعت حضور کودک در مهد برای او به صورت عادی طی می شود، در غیر این صورت، در زمان حضور کودک در منزل چشم او را ببندید.
- ۶- برای کودکانی که سن بیشتری دارند، موضوع را به شکل ساده و قابل فهم توضیح دهید.
- ۷- از پوشش های چشمی زیبا استفاده کنید.
- ۸- از بعضی از پوشش ها که پوست کودک را تحریک می کند استفاده نکنید :
الف- از پوشش چشمی ضد حساسیت استفاده کنید.
ب- با متخصص مشورت کنید.
ج- یادتان باشد که پوشش چشمی را هیچ گاه روی عینک نبندید.



آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس را می دانید؟

درد و تاری دید ناگهانی



تخلیه چشم

آیا می دانید جراحی تخلیه چشم چیست ؟

تخلیه چشم خارج ساختن کامل کره چشم است هنگامی که سایر درمان های چشمی موثر نباشد و به دو روش انجام می شود که در روش "اویسره" محتویات داخل چشم و قرنیه خارج می شود ولی صلبیه چشم بیمار باقی می ماند. در روش دیگر که اگزانتیره نام دارد پلک ها چشم و مقادیر متفاوتی از محتویات داخل چشمی خارج می گردد که این روش معمولاً در بدخیمی ها انجام می شود.



آیا موارد تخلیه چشم را می دانید؟

عفونت چشمی، تومورهای بزرگ و نفوذی، بدخیمی ها، ضربات وسیع و و شدید چشمی، کوری همراه با درد شدید چشمی، آب سیاه در مراحل پیشرفته، التهابات چشمی علامت دار

آیا عوارض پس از جراحی تخلیه چشم را می دانید؟

عفونت، شوک، تشکیل آبسه، مننژیت، خونریزی

آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

۱- یک پانسمان فشاری برای ۲۴ ساعت بعد از عمل جراحی برای به حداقل رساندن تورم و جلوگیری از خونریزی بر روی چشم شما گذاشته خواهد شد.

- ۲- رژیم غذایی و میزان فعالیت بر اساس میزان تحمل شما بعد از روز اول بعد از جراحی شروع خواهد شد.
- ۳- از لمس و مالش کاسه چشم با فشار محکم پلک اجتناب کنید زیرا این اعمال می تواند سبب آسیب و عفونت شود.
- ۴- از شیلد (محافظ) چشم برای تمیز ماندن حفره چشم تا زمان تهیه پروتز مناسب استفاده نمایید.



- ۵- بعضی از دردها بعد از عمل طبیعی هستند و با ضد دردها کنترل خواهند شد هرچند که باید هرگونه سردرد و درد تیز را که می تواند نشانه خونریزی ، عفونت و باز شدن بخیه ها باشد را بلافاصله گزارش دهید.
- ۶- به طرف چشم جراحی شده نخواستید و ترجیحا روبه پشت در حالی که سر تخت با زاویه ۳۰ درجه بالا آورده شده بخواستید تا فشار داخل چشم به حداقل برسد.
- ۷- از خم شدن ، بلند کردن اجسام سنگین ، سرفه ، عطسه با دهان بسته و زور زدن در هنگام دفع اجتناب کنید زیرا این اعمال می تواند سبب خونریزی شود.
- ۸- داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.
- ۹- در صورت دستور پزشک کمپرس یخ را هر ۲ ساعت به مدت ۱۰ دقیقه تا ۲ روز انجام دهید.
- ۱۰-

آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس را می دانید؟

خروج ترشحات چرکی ، خونریزی ، تورم چشم ، قرمزی مداوم چشم ، درد و تب



آیا موارد صدمات چشمی را می دانید؟

صدمات چشمی اغلب منجر به نابینایی در بچه ها و بالغین جوان به خصوص در مردان می شود.

شایع ترین مواردی که باعث صدمه چشمی می شوند عبارتند از صدمات شغلی (مانند مشاغل ساختمانی)، ورزش ها (مانند بوکس، بسکتبال)، نزاع و حمله، حوادث وسایل موتوری (مانند شکستگی شیشه جلوی اتومبیل) و انفجارها (مانند قطعات کوچک ترکش)

انواع آسیبهای ناشی از ضربات چشمی را می شناسید؟

شایع ترین آسیبهای چشمی عبارتند از:

- ضربات غیر نافذ: باعث کبودی و تورم پلک ها همراه با خونریزی بافت نرم چشم می شود. این بیماران جهت جلوگیری از افزایش تورم پلک ها باید از محکم فین کردن خودداری کنند.

ضربات نافذ: ناشی از اشیای کوچک، باعث آسیب بافتی داخل چشمی می شود.

- پارگی چشم هم با ضربات نافذ و هم ضربات غیرنافذ صورت می گیرد.

- هایفما: به خونریزی اتاق قدامی چشم می گویند که به دنبال ضربه به عنبیه و اجسام مژگانی چشم ایجاد می شود. این حالت با افزایش فشار داخل چشم همراه است.

- آسیب و ضربه به عنبیه: بیماران با حساسیت به نور و مردمک تنگ یا گشاد مراجعه می کنند.

- فلج عنبیه ناشی از ضربه: در اثر ضربات غیرنافذ رخ می دهد و باعث مردمک گشاد و ثابت می گردد.

- آسیب اعصاب چشم: با ضربات غیرنافذ به سر و کره چشم ایجاد می شود که در این حالات نیرو از حدقه چشم به عصب بینایی منتقل می شود و باعث تورم بافت عصبی و کاهش دید می گردد.

- شکستگی استخوان کره چشم: اغلب با ضربات غیرنافذ رخ می دهد و با تورم روی صورت و حدقه و بی حسی صورت همراه می باشد.

آیا درمان هایفما (خونریزی اتاق قدامی چشم) را می دانید؟

هدف از درمان هایفما (خونریزی اتاق قدامی چشم) پیشگیری از خونریزی مجدد و افزایش طولانی مدت فشار داخل چشمی می باشد که در موارد شدید، بیمار در بیمارستان بستری می شود و محدودیت نسبی فعالیت دارد. از یک محافظ چشمی استفاده شده و از قطره های کورتون جهت کاهش التهاب چشم استفاده می شود و جهت جلوگیری از خونریزی از داری آمینوکاپروئیک اسید استفاده می شود. در این بیماران مصرف آسپرین ممنوعیت دارد.

در صورت شک یا تایید آسیب باز کره چشم، باید بلافاصله یک صفحه محافظ روی چشم آسیب دیده قرار داده شود و مشاوره چشم پزشکی اورژانس انجام می شود. داروهای ضد درد و ضد تهوع برای بهبود حال بیمار و جلوگیری از تهوع و استفراغ باید تجویز شود. واکسیناسیون کزاز باید انجام شود. در صورت پارگی تمام ضخامت کره چشم، سی تی اسکن برای تشخیص یا رد جسم خارجی داخل چشم انجام می شود.

به محض تایید آسیب باز کره چشم توسط متخصص چشم، ترمیم جراحی در حداقل زمان ممکن انجام می شود.

در صورتی که صدمه به کره چشم غیرقابل ترمیم باشد و بیمار قادر به درک نور نباشد تخلیه اولیه چشم (خارج کردن کامل کره چشم و قسمتی از عصب بینایی) صورت می گیرد که باید جهت پیشگیری از التهاب چشم سالم در عرض دو هفته صورت گیرد.



آیا مراقبتهای پس از جراحی و نکات خودمراقبتی در منزل را می دانید؟

- از پوشش پلاستیکی (شیلد) به مدت یک هفته استفاده کنید که می توان روزها آن را بردارید و شب ها آن را روی چشم قرار دهید تا در موقع خواب از اصابت ضربه یا مالش چشم جلوگیری شود.

- پس از عمل جراحی نحوه استراحت و قرار دادن سر خیلی مهم است بطوری که اگر دقیقاً رعایت کنید در میزان موفقیت بعد از عمل تأثیر بسزایی دارد.

- جهت ویزیت بعد از عمل در تاریخ های تعیین شده مراجعه کنید.

- در هر مراجعه داروهای خود را به همراه بیاورید و نام آنها را یاد بگیرید؛ از کندن برچسب داروها خودداری کنید.
- ساعات مصرف دارو را دقیقاً رعایت کنید. معمولاً در فواصل خواب لازم نیست قطره مصرف شود. البته بنا به شرایط چشمی ممکن است فواصل در زمان خواب هم رعایت شود.

- بعد از عمل، یک پانسمان یا فقط محافظ چشمی روی چشم بگذارید.



- تا یک هفته بعد از عمل، به هنگام خوابیدن، از قرار گرفتن به سمت چشم عمل شده اجتناب کنید.

- از مالش دادن چشم عمل شده خودداری کنید.

- فعالیت های معمولی مانند قدم زدن، تماشای تلویزیون و مطالعه کردن اشکالی ندارد؛ از انجام ورزش های سنگین و برداشتن اجسام سنگین (بیش از 9kg) تا مدتی بعد از عمل خودداری نمایید.
- هیچ گونه منع تغذیه ای وجود ندارد؛ در صورت داشتن نفخ از سبزیجات و غذاهای فیبردار و مایعات استفاده کنید.

آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه فوری به اورژانس را می دانید؟

خروج ترشحات چرکی ، خونریزی ، تورم چشم ، قرمزی مداوم چشم ، درد و تب

جسم خارجی چشم

در مورد جسم خارجی چشم چه می دانید؟

معمولاً اجسام خارجی که وارد کاسه چشم می شوند قابل تحمل هستند به جزء اشیایی که از جنس مس، آهن و نباتات همانند گیاهان یا درختان که ممکن است باعث عفونت چرکی شوند که برای تشخیص اجسام خارجی از عکسبرداری با اشعه ایکس ، سی تی اسکن و ام آر آی استفاده می شود .

*در موارد جسم خارجی با خاصیت آهنربایی انجام ام آر آی ممنوع می باشد.

آیا علایم فرو رفتن جسم خارجی در چشم را می دانید؟

این افراد از تاری دید، درد و اشک ریزش چشمی و ترس از نور شاکی هستند.

آیا درمان فرو رفتن جسم خارجی در چشم را می شناسید؟

روش خارج کردن جسم خارجی بستگی به محل و جنس آن و صدمات چشمی ایجاد شده دارد. به منظور گرفتن و خارج کردن جسم خارجی از ابزار خاص طراحی شده برای اجسام خارجی داخل چشم و آهن ربا استفاده می شود. اگر به دنبال جسم خارجی قرنیه پاره شود جهت پیشگیری از عفونت داخل چشمی از آمپول کزاز و آنتی بیوتیکهای داخل وریدی استفاده می شود.

ملاحظات: بعد از خارج کردن یک جسم خارجی از سطح چشم ، قطره یا پماد آنتی بیوتیک تجویز شده و معمولا چشم پانسمان می شود و سپس چشم روزانه و تا زمانی که زخم کاملا بهبود یابد از نظر علائم عفونت معاینه می شود.

سوختگی چشم

آیا موارد سوختگی شیمیایی چشم را می دانید؟

مواد قلیایی، اسیدی و سایر مواد شیمیایی فعال مانند گاز اشک آور می توانند باعث سوختگی شیمیایی چشم شوند. آسیب چشمی در سوختگی قلیایی (مانند آب قلیا و آمونیاک) شدیدتر است چرا که قلیا سریعاً به داخل بافتهای چشمی نفوذ می کند و باعث می شود صدمه به چشم، حتی بعد از آسیب اولیه همچنان ادامه یابد ضمن اینکه قلیاها می توانند سبب افزایش سریع فشار داخل چشم شوند.

آیا درمانهای سوختگی شیمیایی چشم را می دانید؟

صرف نظر از نوع ماده شیمیایی یا مورد آسیب، مهم ترین قدم اولیه ، شستشوی سریع و فراوان چشم با آب است. شستشو با شیر آب تا زمانی که بیمار به مرکز اورژانس منتقل شود، کافی است تا در آنجا با سرم سالین استریل شستشو انجام گیرد.



در اورژانس تنها یک شرح حال مختصر و معاینه کوتاه انجام می گیرد و اطلاعات خاص و مهم مانند نام ماده ای که وارد چشم شده، اگر در دسترس باشد مورد نیاز می باشد.

سطوح قرنیه و ملتحمه باید بلافاصله و با مقادیر فراوان نرمال سالین و یا هر محلول خنثی دیگر شستشو داده شود (قطره های بی حسی موضعی و استفاده از بلفارستا) ابزار باز کننده و نگهدارنده پلک ها) شستشوی موثر را تسهیل کرده و در صورت وجود ذرات سیمان یا گچ برداشت آنها را آسان تر می کند). شستشو تا زمانی ادامه پیدا می کند که PH چشم طبیعی شود (بین ۷/۳ و ۷/۶) و یا مراقبت قطعی توسط چشم پزشک میسر باشد سپس آنتی بیوتیک تجویز شده و چشم پانسمان می گردد.

هدف درمانهای بعدی پیشگیری از ایجاد زخم در بافت و بهبود رشد مجدد بافت می باشد. مرطوب نگه داشتن زیاد چشم با استفاده از اشک مصنوعی ضروری است.

به منظور ارتقا بهبودی قرنیه ممکن است از پانسمان چشم یا عدسی های درمانی نرم استفاده شود و بیمار باید دائماً پایش شود.

در مورد صدمات حرارتی و اقدامات درمانی مربوطه چه می دانید؟

صدمات حرارتی به علت تماس با اشیا بسیار داغ (مانند آهن داغ، تنباکو، خاکستر) اتفاق می افتند. در حالی که صدمات حاصل از نورهای شیمیایی به دنبال تماس با اشعه ماورا بنفش یا مادون قرمز (مانند تماس با اشعه منعکس شده از برف، درخشش خورشید، تماشای خورشید گرفتگی بدون استفاده از محافظ مناسب) ایجاد می شوند. این گونه صدمات می توانند سبب آسیب به قرنیه، کدورت قرنیه، تورم ملتحمه و پرخونی چشم، سوختگی پلک ها و نواحی اطراف چشم شوند.

تجویز آنتی بیوتیک و پانسمان فشاری به مدت ۲۴ ساعت در درمان صدمات خفیف کفایت می کند.



کراتیت



آیا می دانید کراتیت چیست؟

التهاب قرنیه یا کراتیت به التهاب لایه سطحی چشم (قرنیه) می گویند که این حالت معمولاً همراه با درد و اختلال در دید است.

آیا علل بیماری کراتیت را می دانید؟

کراتیت ممکن است به دنبال عفونت های ویروسی، باکتریایی و یا قارچی، ایسکمی (کاهش خون رسانی بافتی)، حساسیت، کمبود ویتامین آ، کاهش حس قرنیه، فقر غذایی، اشکال در جریان اشک، ضربه و قرار گرفتن قرنیه در معرض هوا و عوامل محرک، ناتوانی پلک ها در پوشاندن قرنیه، استفاده از لنز تماسی و جراحی چشم به وجود آید.

آیا انواع بیماری کراتیت را می شناسید؟

کراتیت عفونی: شامل باکتریایی، قارچی، ویروسی و انگلی می باشد.

کراتیت غیر عفونی: بر اثر جراحت و آسیب نسبتاً خفیف چشم مثل خراشیدگی با ناخن یا استفاده طولانی مدت از لنزهای چشمی، تماس با نور شدید خورشید و نور جوشکاری بروز می کند.

آیا علائم بیماری کراتیت را می شناسید؟

قرمزی چشم، درد متوسط تا شدید چشم، اشک ریزش، ترس از نور، کاهش دید، ترشح و عدم تحمل لنز به صورت حاد

آیا می دانید در صورت عدم درمان این بیماری چه عوارضی رخ می دهد؟

- التهاب حاد قرنیه
- زخم مزمن قرنیه
- عفونت مزمن قرنیه
- کاهش موقت یا دائم بینایی
- از دست دادن قدرت بینایی
- ایجاد زخم های حاد بر روی قرنیه

آیا درمانهای بیماری کراتیت را می شناسید؟

در درمان کراتیت عفونی معمولا نیاز به آنتی بیوتیک، درمان های ضد ویروس و یا ضد عفونی کننده هست. قطره های استروئیدی نیز به صورت کوتاه مدت برای کاهش التهاب و محدود کردن زخم های قرنیه استفاده می شوند.

آیا می دانید به دنبال این بیماری در منزل باید چه مراقبتهایی را رعایت کنید؟

- ۱- از قطره های آنتی بیوتیک (معمولا غلیظ شده) مطابق دستور پزشک معالج استفاده نمایید.
- ۲- از قطره چشمی کورتون (مانند بتامتازون) در چشم ، خودسرانه استفاده نکنید. این کار ممکن است بیماری را بدتر کند و یا حتی باعث سوراخ شدن کره چشم شود.
- ۳- قبل و بعد از استفاده از قطره ها و پمادهای چشمی دستهای خود را بشویید.
- ۴- در صورت خشکی هوای خانه می توانید از رطوبت ساز خانگی (دستگاه بخور) استفاده نمایید.
- ۵- در صورت ترشحات زیاد برای پیشگیری از کروت بستن و تسریع در بهبودی التهاب می توانید چشمها را با قطره اشک مصنوعی شستشو دهید.
- ۶- از دستکاری و مالش چشم ها خودداری کنید.
- ۷- از محیط های شلوغ و پر جمعیت جهت جلوگیری از انتقال عفونت های احتمالی به دیگران خودداری کنید.
- ۸- از تماس دست به دست ، بوسیدن و دست دادن با دیگران و شستشوی کامل دستها بعد از هر تماس پرهیز نمایید.
- ۹- از لنزهای تماسی در دوره حاد بیماری تا فروکش کردن کامل جریان التهابی و عفونی با اجازه پزشک معالج خودداری کنید.
- ۱۰- از دستمال پارچه ای و کاغذی روی چشم ها استفاده نکنید.
- ۱۲- طبق دستور پزشک از محافظ چشمی (شیلد محافظ) روی چشم استفاده نمایید.
- ۱۳- در ارتباط با حمام کردن با پزشک معالج خود مشورت نمایید.

آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس را می دانید؟

درد ، ترشح و تغییرات بینایی

داکریوسیستیت



آیا می دانید داکریوسیستیت چیست؟

به التهاب کیسه اشکی، داکریوسیستیت می گویند.

آیا انواع و علائم داکریوسیستیت را می شناسید؟

- داکریوسیستیت شیرخواران: عدم تشکیل کانال ، رویداد شایعی در نوزادان است که در اکثر نوزادان این انسداد موقتی است و طی سه هفته تا دو ماه بعد از تولد برطرف می شود.

علائم بیماری به صورت اشک ریزش، خیس بودن مژه ها و خروج مواد موکوسی و اشک با وارد نمودن فشار روی کیسه اشکی مشخص می شود.

- داکریوسیستیت حاد: به علت انسداد در مجرای کیسه اشکی ایجاد می شود و معمولا ناشی از استافیلوکوک طلائی یا گاه استرپتوکوک بتا همولیتیک است و بیماری نسبتا شایعی می باشد و غالبا یک طرفه است. در شکل حاد، اشک ریزش، ترشح چرکی، التهاب ، درد، تورم و حساسیت به لمس در ناحیه کیسه اشکی وجود دارد.

- داکریوسیستیت مزمن: این بیماری در اثر انسداد مجاری بینی اشکی به وجود می آید و زمان وقوع شایع آن در دوران نوزادی و سنین میانسالی است. این بیماری در زنان میانسال بعد از یائسگی بسیار شایع تر از مردان میانسال است .

معمولا تنها علامت اشک ریزش است و در ادامه بیماری، چرک از سوراخهای اشکی خارج می شود.

این بیماری در بزرگسالان به دلیل انسداد کیسه اشکی به دنبال صدمات بعد از شکستگی و بدجوش خوردن استخوان دیوار داخلی کاسه چشم و یا به دنبال بیماریهای بینی ایجاد می شود و در بسیاری از موارد نیز علت انسداد ، ناشناخته است.

آیا درمانهای داکروسیستیت را می دانید؟

-آنتی بیوتیک سیستمیک

-قطره های موضعی آنتی بیوتیک

-کمپرس گرم و ماساژ کیسه اشکی

-داروهای مسکن در صورت لزوم

-برش و تخلیه

-اصلاح داکریوسیستیت مزمن از طریق جراحی (عمل داکریوسیستورینومی) پس از بهبود مرحله حاد

آیا مراقبتهای پس از جراحی داکروسیستیت (DCR) جهت مراقبت در منزل را می دانید؟

-جهت جلوگیری از خونریزی و کبودی از کیسه یخ روی بینی (ناحیه عمل) استفاده کنید.

۲-از فین کردن و زور زدن خودداری نمایید.

۳- با دستور پزشک تا سه روز تا یک هفته از استحمام خودداری نمایید و پس از آن از آب ولرم جهت استحمام استفاده کنید.

۴-داروهای خود را طبق میزان و روش دستور داده شده به طور منظم استفاده نمایید.

۵-از فعالیت بدنی شدید خودداری کنید.

۶-تامپون بینی را دستکاری نکنید.

۷- به زمان مراجعات بعدی جهت ویزیت و خارج کردن تامپون بینی توجه نمایید.

آیا علایم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس را می دانید؟

خروج ترشحات چرکی ، خونریزی ، تورم چشم ، قرمزی مداوم چشم ، درد و تب

رتینوپاتی دیابتی



آیا می دانید رتینوپاتی دیابتی چیست؟

رتینوپاتی دیابتی یکی از عوارض مهم درگیری عروق شبکیه (رتین) در بیماران دیابتی می باشد.

آیا عوامل خطر ساز بروز رتینوپاتی دیابتی را می دانید؟

قندخون بالا (هیپرگلیسمی) مزمن، فشارخون بالا سیستمیک (هیپرتانسیون سیستمیک)، کلسترول بالا خون (هیپرکلسترولمی) و استعمال دخانیات از عوامل خطر ساز ایجاد رتینوپاتی و پیشرفت آن می باشند.

رتینوپاتی زمینه ای مرحله اول رتینوپاتی دیابتی است. در این مرحله عروق کوچک در پرده شبکیه صدمه دیده و مایع یا خون از آنها نشت می کند.

رتینوپاتی پرولیفراتیو (تکثیری) حالتی است که رگهای خونی جدید و غیرطبیعی بر روی سطح شبکیه رشد می کنند. این عروق جدید دیواره ضعیف تری داشته و شکننده هستند و ممکن است منجر به خونریزی شوند

آیا علائم بیماری رتینوپاتی دیابتی را می شناسید؟

رتینوپاتی غیرپرولیفراتیو (غیر تکثیری) مرحله ای است که گاهی علائم خفیفی دارد و حتی ممکن است بدون علامت باشد ولی اگر نقطه حساس دید (ماکولا) درگیر شود، کاهش بینایی پدید خواهد آمد.

زمانی که خونریزی اتفاق بیافتد، ممکن است دچار اختلال در دید یا حتی از بین رفتن دید شود.

رتینوپاتی پرولیفراتیو بدون درد است اما یک نوع شدید و جدی از بیماری است که باید به سرعت درمان گردد. حاملگی و فشار خون بالا ممکن است سبب تشدید رتینوپاتی شوند.



آیا می دانید رتینوپاتی دیابتی چطور تشخیص داده می شود؟

بهترین راه مقابله با رتینوپاتی دیابتی، معاینه پزشکی منظم توسط چشم پزشک می باشد، زیرا رتینوپاتی ممکن است تا مدت ها بدون علامت باشد. لازم به ذکر است که این بیماری با درمان صحیح و به موقع بهبود می یابد.

آیا درمان رتینوپاتی دیابتی را می دانید؟

درمان این عارضه با توجه به عوامل زیر است:

- سن
- تاریخچه پزشکی
- شیوه زندگی
- میزان تخریب شبکیه چشم

به هر حال باید به طور منظم توسط چشم پزشک معاینه صورت گیرد.

روش های درمانی مختلفی برای رتینوپاتی دیابتی وجود دارد که به دو نوع آن اشاره می شود:

۱- جراحی با لیزر یا لیزر درمانی

۲- برداشتن زجاجیه (ویترکتومی)

آیا می دانید به عنوان یک فرد دیابتی در درمان اختلالات بینایی چه مواردی را باید رعایت کنید؟

با رعایت رژیم غذایی صحیح و توجه به مصرف درست و دقیق داروهای تجویز شده توسط پزشک، می توانید قند خون را کنترل کنید. همچنین باید از مصرف سیگار جداً پرهیزید و فشار خون خود را در محدوده طبیعی نگه دارید. از دست دادن بینایی قابل پیشگیری است! رتینوپاتی دیابتی ممکن است بدون علامت باشد اما به خاطر داشته باشید: تشخیص زودرس رتینوپاتی بهترین راه جلوگیری از بروز نابینایی است. افراد دیابتی باید سالانه به چشم پزشک مراجعه کنند. با درمان به موقع می توان قبل از آسیب جدی به بینایی مشکل را برطرف نمود. در این رابطه درمان با لیزر کارآمدترین راه است.

نکته مهم اینکه: با کنترل صحیح قند خون می توان از پیدایش مشکلات بینایی جلوگیری نمود.





بیماریهای عروقی شبکیه

در مورد بیماریهای عروق شبکیه چه می دانید؟

زوال و اختلالات بینایی می تواند به علت انسداد شریان ها (سرخرگ ها) یا وریدهای (سیاهرگها) شبکیه ایجاد شود. انواع آن شامل: انسداد وریدهای اصلی شبکیه، انسداد وریدهای فرعی شبکیه، انسداد شریان اصلی شبکیه می باشد.

آیا عوامل بروز اختلالات عروقی شبکیه را می دانید؟

بیماریهای قلبی عروقی، بیماریهای دریچه ای قلب، افزایش فشار خون، افزایش یافتن چسبندگی (ویسکوزیته خون) دیابت (بیماری قند)، گلوکوم (آب سیاه) و افزایش سن از عوامل خطر در بروز اختلالات عروقی شبکیه می باشد.

آیا علائم اختلالات عروق شبکیه را می دانید؟

علائم انسداد شریان اصلی شبکیه: کاهش دید بدون درد یک طرفه که طی چند ثانیه رخ می دهد، ممکن است سابقه افت دید گذرا وجود داشته باشد.

علائم انسداد ورید اصلی شبکیه: افت دید بدون درد معمولا یک طرفه

علائم انسداد وریدهای فرعی شبکیه: نقطه کور در میدان بینایی یا از دست رفتن دید، معمولا یک طرفه

آیا درمان اختلالات عروق شبکیه را می دانید؟

درمان های رایج برای انسداد وریدی شبکیه و عوارض حاصل از آن در حال تغییر می باشند. در معاینات و تصویر برداری که فوق تخصص شبکیه انجام می دهد، وریدهای متسع و پیچ خورده و خون ریزی های سطحی و عمقی شبکیه مشخص می شود.

روش های درمانی که توصیه می شوند عبارتند از:

- ۱- پاراسنتز اتاق قدامی (خارج کردن مقداری از زلالیه) که می تواند با کاهش فشار داخل کره چشم موجب خورسانی مجدد شبکیه شود. این عمل به ویژه در موارد ناشی از آمبولی شریان مرکزی شبکیه ضرورت دارد.
- ۲- تزریق داخل وریدی آمپول استازولامید به منظور کاهش فشار داخل کره چشم
- ۳- استنشاق مخلوط گازی اکسیژن - دی اکسید کربن به منظور اتساع عروق شبکیه و افزایش اکسیژن رسانی به شبکیه.

۴- تزریق مستقیم داروهای ترومبولیتیک (حل کننده لخته خون) به درون شریان افتالمیک می تواند سبب بهبودی بینایی شود. این کار باید ظرف ۸ ساعت از شروع انسداد انجام شود و نیاز به مهارت رادیولوژیست دارد. خطر سگته مغزی وجود دارد. ضد انعقادهای سیستمیک عموماً استفاده نمی شوند.

تزریق آواستین

در مورد داروی آواستین چه می دانید؟

داروی تزریقی داخل چشم است که برای کاهش سرعت پیشرفت بیماری و از دست دادن دید در بیماران مبتلا به مشکلات شبکیه ناشی از دیابت ، ادم ماکولا (ورم لکه زرد شبکیه) و تخریب شبکیه وابسته به سن به کار می رود.

آواستین از رشد رگ های خونی غیرطبیعی جلوگیری می کند. سرعت رشد رگ های خونی داخل چشم که باعث کاهش یا از دست دادن دید می شوند را کم می کند.



آیا نحوه تزریق داروی آواستین را می دانید؟

برای تزریق آواستین بیمار به اتاق عمل برده شده و پزشک متخصص چشم بدون انجام بیهوشی و تنها با ایجاد بی حسی عملیات مربوطه را به انجام خواهد رساند در نتیجه یک عمل سرپایی و سریع خواهد بود که انتظار می رود فرد طی مدت کوتاهی به فعالیت های روزانه خود بازگردد و دوران نقاهت بلندمدتی را سپری نکند. این تزریق توسط یک سر سوزن بسیار نازک و ظریف صورت می گیرد و با توجه به تشخیص پزشک می تواند طی یک مرحله برای هر دو چشم بیمار و یا با ایجاد چند روز فاصله بین تزریق دو چشم برای چشم دیگر انجام شود. پس از اتمام کار چشم پانسمان خواهد شد.



آیا مراقبتهای قبل از تزریق آواستین را می دانید؟

- بهداشت عمومی و شستشوی سر و صورت و حمام کردن (چون تا ۳ روز بعد از تزریق نباید آب به چشم بخورد) را رعایت کرده و انجام دهید.

- از قطره های تجویز شده توسط چشم پزشک استفاده کنید.

- از مواد آرایشی برای چشم های خود استفاده نکنید (تا ۳ روز بعد از تزریق هم منع مصرف دارد).

- هرگونه وضعیت مشکوک مانند درد، قرمزی، ترشح چرکی در روز تزریق (در صورتی که قبلا وجو نداشته است) را گزارش نمایید.

- کلیه مدارک (عکسها و آزمایش و....) خود را به همراه داشته باشید.

- داروهای ضدانعقاد خود را از ۳ روز قبل از تزریق با دستور پزشک قلب یا داخلی قطع نمایید.

آیا مراقبتهای پس از تزریق داخل چشمی را می دانید؟

(۱) از به کار بردن وسایل آرایشی در اطراف چشم یک تا چند روز بعد از تزریق خودداری کنید.

(۲) مصرف بسیاری از داروهای تزریقی داخل چشمی در زمان بارداری و شیردهی ممنوع است. در صورت بارداری و شیردهی به پزشک خود اطلاع دهید.

(۳) در صورت داشتن هر نوع حساسیت دارویی، به پزشک خود اطلاع دهید.

(۴) قبل از تزریق چشم، پزشک خود را از بیماریهایی مانند بیماری قلبی، بیماری مغزی و فشار خون مطلع کنید.

(۵) چند ساعت بعد از تزریق، می توانید پانسمان چشم خود با صلاح دید پزشک معالج بردارید.

(۶) پس از برداشتن پانسمان، قطره های تجویز شده را در ساعات معین و شیوه درست در چشم بریزید.

(۷) از آب زدن به چشم تا مدت زمان تعیین شده توسط پزشک معالج خودداری کنید.

(۸) ممکن است تا چند ساعت به دنبال تزریق، دید مناسب نداشته باشید. به همین دلیل تا برگشت دید مناسب از انجام کارهای دقیق بینایی مثل رانندگی و کارهایی که ماهیت پرخطر دارند بپرهیزید.

(۹) بهتر است که روز اول بعد از تزریق در جای تمیز باشید و از دود، گرد و خاک، باد و بخار آب دوری کنید.

(۱۰) از ورزش و فعالیت شدید بدنی، بلند کردن اجسام سنگین و خم شدن بپرهیزید.

(۱۱) انجام کارهای معمولی و دفتری، مطالعه و تماشا کردن تلویزیون مجاز است.

* علائم زیر اهمیت کمی داشته و دلیل مراجعه به پزشک نیست:

- احساس درد یا تحریک مختصر در قسمت تزریق که معمولا چند ساعت تا یک یا دو روز طول می کشد.

- قرمزی یا تورم و کبودی مختصر در محل تزریق که معمولا در قسمت خارجی چشم است.
- دیدن نقاط و با سایه های متحرک بدنبال تزریق که معمولا ناشی از ذرات هوا یا خونریزی مختصر است و معمولا چند ساعت تا یک یا دو روز طول میکشد. ممکن است بیمار در ساعات اول بعد از تزریق، دیدش به خوبی قبل از تزریق نباشد که این مسئله گذرا است.

عوارض و علائم مهم بدنبال تزریقات داخل چشمی که سریعاً باید به اورژانس چشم بیمارستان مراجعه کنید:

✓ درد شدید

✓ کاهش دید ناگهانی

✓ تورم شدید پلکها

✓ قرمزی شدید



ناخنک (پتريزيوم)

آیا بیماری ناخنک را می شناسید؟

به رشد غیرطبیعی مثلثی شکل بافت فیبری از ملتحمه به سمت قرنیه ناخنک می گویند که معمولا به صورت دوطرفه و در سمت بینی می باشد.

آیا علل ناخنک را می دانید؟

عوامل تحریکی مانند اشعه نور ماورابنفش و فاکتورهای محیطی مانند گرما، باد، گرد و غبار، آب و هوای خشک در ایجاد آن نقش دارند.

آیا علائم ناخنک را می شناسید؟

ناخنک اغلب بدون علامت است اما می تواند سبب ترس از نور، اشک ریزش و با پیشرفت به سمت محور بینایی یا ایجاد آستیگماتیسم سبب کاهش دید گردد.

آیا درمان ناخنک را می دانید؟

با توجه به علائم ذکرشده و مسائل مربوط به زیبایی و گاهی به علت نیاز به استفاده از لنزهای تماسی عمل جراحی گریزناپذیر است.

متاسفانه میزان عود ناخنک پس از عمل جراحی در مطالعات گوناگون حدود ۴۰ درصد است و بیشترین میزان عود آن بین ۲ تا ۳ ماه بعد از جراحی اتفاق می افتد. تحقیقات گوناگونی که در آن از میتومايسين سي حین و بعد از عمل جراحی ناخنک استفاده شده حاکی از کاهش میزان عود به حدود ۳/۳ تا ۱۲/۵ درصد است.

بهترین روش جراحی برداشتن ضایعه و پیوند ملتحمه سالم به جای آن است.

لطفا به نکات زیر توجه نمایید:

- جهت جلوگیری از آثار سوء اشعه های مضر خورشید، حتما از عینک آفتابی استفاده کنید.

- تا حد ممکن از کار طولانی مدت در محیط های گرم و خشک و دارای گرد و غبار پرهیز نمایید.

- از مصرف قطره های چشمی مختلف بدون تجویز چشم پزشک جدا خودداری نمایید. قطره های ضدالتهاب چشمی معمولا دارای عارضه هستند و حتما باید توسط پزشک تجویز شوند.



در مورد قطره‌های چشمی چه می دانید؟

قطره‌های چشمی به چند دسته مختلف تقسیم بندی می شوند اما عمده ترین آنها قطره های چشمی استروئیدی و آنتی بیوتیکی میباشند. این قطره‌ها که بیشترین کاربرد آنها برای کاهش قرمزی، درد و ناراحتی ناشی از مشکلات چشمی و یا درمان عفونتهای چشمی هستند فقط باید با تجویز پزشک معالج مورد استفاده قرار گیرند.

پیش از استفاده از این دارو حتماً به پزشکتان اطلاع دهید که شما:

نسبت به هر گونه دارویی حساسیت دارید، قبلاً عفونت، آسیب یا هرگونه وضعیت دیگر چشمی داشتید، داروهای نسخه شده یا نسخه نشده دیگری را مصرف می کنید یا دارای مشکلات پزشکی دیگری هستید.

برای بهبودی کامل عفونت چشمی، باید در تمام مدت درمان از این داروها استفاده کنید. حتی در صورت بهبودی علائم، از عدم مصرف یک دوز دارویی هم غفلت نکنید.

در صورت فراموش کردن مصرف یک دوز دارویی هر چه زودتر آن دوز را مصرف کنید. اما اگر تقریباً همزمان با دوز دارویی بعدی به یاد دوز فراموش شده افتادید، از آن دوز صرف نظر کرده و طبق برنامه منظم دارویی خود عمل نمایید.

آیا احتیاطات لازم به هنگام استفاده از داروهای چشمی را می دانید؟

- اگر علائم چشمی پس از گذشت چند روز بهبود نیافت و یا اگر وخیم تر شد مجدداً با پزشک خود مشورت کنید.

- اگر از دارو برای مدت زمان طولانی (مثلاً بیش از ۶ هفته) استفاده می کنید، پزشکتان مایل خواهد بود تا به طور مرتب چشم شما را معاینه نماید.

- درد یا سوزش گهگاه پس از مصرف این دارو در چشم دور از انتظار نیست.

- داروی باقیمانده را هرگز بدون مشورت با پزشک برای درمان مشکلات چشمی بعدی به کار نبرید. از این دارو نباید برای درمان انواع ویژه عفونت‌های چشمی یا مشکلات چشمی دیگر استفاده کرد.

آیا آثار جانبی که پزشک باید از آنها اطلاع یابد را می دانید؟

خارش، دانه‌های قرمز، تورم اطراف چشم یا علائمی از عفونت که پیش از شروع مصرف دارو وجود نداشته باشند.

اطلاعات موجود در این دستور دارویی ویژه بیماران کاملاً انتخابی است و کلیه استفاده‌ها، کاربردها، احتیاطات، آثار جانبی یا تداخلات احتمالی را در بر نمی‌گیرد.

آیا می‌دانید چگونه می‌توان از قطره یا پماد چشمی استفاده کرد؟

همواره از قطره به هنگام روز و از پماد به هنگام شب استفاده می‌شود چراکه پماد مدت زمان بیشتری در تماس با چشم قرار می‌گیرد. پزشک در نسخه دارویی میزان پماد و یا تعداد قطرات (معمولاً یک یا دو قطره) را تعیین می‌کند.



طرز استفاده صحیح از قطره‌ها:



۱-دستان خود را بشویید، سر خود را عقب برده و به طرف بالا نگاه کنید.

۲-توسط انگشت اشاره، پلک پایینی چشم خود را بدون وارد کردن فشار به کره چشم پایین بکشید.

۳-به آرامی یک قطره در چشم خود بریزید و مراقب باشید که نوک قطره چکان یا انگشت تان به چشم تان برخورد نکند.

۴-چشمان تان را آرام ببندید و به نرمی گوشه چشمان تان را فشار دهید.

۵- مابقی قطره چشم را در صورت باقی ماندن روی پوست اطراف چشم پاک کنید.



طرز استفاده صحیح از پمادها:



- ۱- دستان خود را به صورت کامل با آب و صابون بشویید.
- ۲- از آینه با شخص دیگر جهت گذاشتن پماد کمک بگیرید.
- ۳- از تماس سر پماد با چشم یا هر چیز دیگری جلوگیری کنید.
- ۴- پماد باید همیشه تمیز نگه داشته شود.
- ۵- سر خود را به عقب برگردانید.
- ۶- پماد را مابین انگشت شست و سبابه نگهدارید و آن را نزدیک پلک اما به نحوی که با آن هیچ گونه تماسی حاصل نکند بگیرید.
- ۷- مابقی انگشتان خود را روی گونه یا بینی قرار دهید.
- ۸- با انگشت سبابه دست دیگر خود پلک پایینی چشم را به سمت پایین بکشید تا حفره‌ای ایجاد شود.
- ۹- مقدار کمی از پماد را درون حفره به دست آمده از پلک پایینی و چشم بریزید.
- ۱۰- به آرامی پلک بزنید.
- ۱۱- سر پماد را محکم ببندید.
- ۱۲- هر گونه پماد اضافی را از روی پلک و مژه‌ها با دستمال کاغذی تمیزی پاک کنید دستمال خود را مجدداً بشویید.

به هنگام استفاده از قطره یا پمادها چه دستور ویژه‌ای را باید اجرا کرد؟

هرگز به سر قطره‌چکان یا پماد دست نزنید و از تماس آن‌ها با چشم آلوده جلوگیری کنید.

اگر عفونت طی دو تا سه روز بهبود نیافت یا اگر بدتر شد با پزشک خود تماس حاصل کنید.

در صورت فراموش کردن یک دوز دارویی چه کار باید کرد؟

دوز فراموش شده را مصرف کنید و هر گونه دوز باقی مانده آن روز را در فواصل مساوی مصرف نمایید. اما اگر همزمان با دوز دارویی بعدی دوز فراموش شده را به خاطر آورید هرگز هر دو دوز را با هم مصرف نکنید بلکه فقط دوز آن ساعت را مصرف کنید و سپس برنامه دارویی خود را دنبال نمایید.

آیا شرایط نگهداری قطره یا پمادها را می‌دانید؟

در قطره یا پماد را محکم ببندید و آن را دور از دسترس کودکان قرار دهید. این داروها را در درجه حرارت اتاق و دور از گرما نگهدارید و از انجماد آن جلوگیری کنید.

منابع:

- اسملتزر سوزان، بیر براندا جی، هینکل جانیس ال، چیویر کری اچ . پرستاری داخلی- جراحی برونر و سودارث، ترجمه منصوره علی اصغرپور، انتشارات اندیشه رفیع، چاپ اول، ۱۳۹۷
- ووگان-ازبری. کلیات چشم پزشکی. مترجمین مینا فتحی کازرونی، الهام فخارزاده، صدیقه حسنی، انتشارات ارجمند، چاپ اول، ۱۳۹۷
- نصیری نادر ، صفوی زاده لادن ، درخشان فر حجت . بیماریها و اورژانس های چشم(اصول ، تشخیص و درمان). انتشارات خسروی، چاپ اول، ۱۳۹۱
- ماری.ام. کانابیو. هندبوک آموزش به بیمار.مترجمین: خدیجه نصیریانی، محمدرضا خواجه امینیان، علیرضا حبیبی، ویرایش سوم، ۱۳۸۷
- بهبودی حسن ، مازوجی فتانه . جراحی های چشم(اصول پایه و تکنیک). انتشارات معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی گیلان. چاپ زیتون، ۱۳۸۸
- هاشمی سید مسیح ، همقلم نسرین. چشم پزشکی کاربردی. چاپ اول، جهانشاهی، ۱۳۸۶