

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده
آب مروارید
مراقبت‌های پس از ترخیص

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: مرد <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/>	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 نفاخ مانند حبوبات پرهیز کرده و جهت پیشگیری از یبوست بعد از عمل از سبزیجات، میوه، سالاد، روغن زیتون، برگه 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 سؤال 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.

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت‌های پس از ترخیص

- 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 ۵ 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 (۲۵ درجه سانتیگراد) نگهداری نموده و حداکثر تا ۳ 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

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. Familydoctor
5. betterhealth