



NoEY۲



تابستان ۱۳۹۹

پمفلت آموزشی مددجو

پیگیری منظم تا حد بسیار زیادی کاهش می‌یابد.

تغذیه:

- ◆ غذا را در وعده‌های زیاد و با حجم کم مصرف کنید.
- ◆ از خوردن غذاهای شیرین یا غذاهایی که باعث تشدید حالت تهوع می‌شود، خودداری نمایید.
- ◆ در رژیم غذایی خود از غذاهای حاوی پروتئین و انواع ویتامین‌ها استفاده کنید.
- ◆ از خوردن غذاهای پرنمک که باعث افزایش فشارخون می‌شود اجتناب کنید.

توصیه‌های بهداشتی:

- ◆ از بلند کردن اجسام سنگین و انجام حرکات کششی اجتناب کنید.
- ◆ توصیه می‌شود که با مصرف رژیم غذایی پرفیبر از بروز یبوست پیشگیری کنید.
- ◆ توصیه می‌شود که از پوشیدن لباس‌های یقه تنگ اجتناب گردد.
- ◆ از رانندگی بخصوص در شب اجتناب کنید.
- ◆ هیچوقت درمان (جراحی یا دارویی) آب سیاه، دید از دست رفته را بر نمی‌گرداند ولی باعث حفظ دید موجود می‌شود.

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

و یا <http://ziaeian.ir>

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

مراقبت‌های بعد از عمل:

- ✓ در وضعیت نیمه‌نشسته در حالیکه زیر سر بالا باشد، قرار بگیرید. بعد از عمل بلافاصله بعد از تثبیت شرایط می‌توانید راه بروید.
- ✓ از خوابیدن بر روی چشم عمل شده اجتناب کنید. از شیلد (محافظ چشمی) استفاده کنید.
- ✓ داروهای آنتی‌بیوتیک تجویز شده را سر وقت استفاده نمایید.
- ✓ توصیه می‌شود قطره‌ها فقط در چشم عمل شده ریخته شود و از ریختن قطره در چشم سالم (احتمال بروز گلوکوم با زاویه بسته و کاهش بینایی) اجتناب شود.



پیگیری درمان:

- در صورتیکه آب سیاه برای شما تشخیص داده شده و تحت درمان هستید، پیگیری منظم ضرورت دارد.
- چشم پزشک مؤثر بودن درمان شما را بر اساس موارد ذیل بررسی می‌کند:
- ◆ اندازه فشار داخلی چشمی
- ◆ ارزیابی عصب بینایی برای تشخیص آسیب بیشتر
- ◆ بررسی میزان بینایی
- ◆ در صورت ابتلا خطر نابینایی با درمان مناسب و

آب سیاه (**گلوکوم**) بیماری است که در آن عصبی که چشم را به مغز متصل می‌کند (عصب بینایی) صدمه می‌بیند. این بیماری در موارد شدید منجر به نابینایی می‌شود.

آب سیاه چگونه ایجاد می‌شود؟

در قسمت جلوی چشم فضایی وجود دارد که به آن اتاق قدامی گفته می‌شود. مایع شفاف به طور دایم وارد این فضا می‌شود و از آن خارج می‌گردد که تغذیه‌ی بخشی از چشم را بر عهده دارد. زمانی که خروج مایع از چشم کم باشد، فشار داخل چشم بالا می‌رود در نتیجه این فشار بالا می‌تواند به عصب بینایی صدمه بزند.

به فشار موجود در داخل کره چشم، فشار داخل چشمی گفته می‌شود. افزایش فشار داخل چشمی خطر ابتلا به آب سیاه را افزایش می‌دهد.

کسانی که سابقه‌ی خانوادگی آب سیاه را دارند، بایستی حداقل سالی یکبار اعضاء خانواده‌ی خود را از نظر گلوکوم بررسی کنند.

بیماری گلوکوم در بزرگسالان دو نوع می‌باشد:

گلوکوم با زاویه‌ی باز: نوع خاموشی از بیماری است و پیش‌آگهی آن بدتر می‌باشد و بیمار وقتی متوجه می‌شود که قسمت زیادی از دیدش را از دست داده است.

گلوکوم با زاویه‌ی بسته: با سر و صدا (درد، قرمزی و تاری دید) همراه است به همین دلیل بیمار زود مراجعه کرده و قبل از آسیب به عصب بینایی درمان لازم برای وی انجام می‌شود، بنابراین پیش‌آگهی آن بهتر است.

گلوکوم مادرزادی: نوعی از گلوکوم هم وجود دارد که بایستی سریعاً اقدام درمانی برای آن انجام شود و علایم آن اشک ریزش، ترس از نور و بستن پلک‌ها می‌باشد.

آب سیاه چه علایمی دارد؟

گاهی به آب سیاه دزد بی سرو صدای بینایی گفته می‌شود. علت این امر آن است که آب سیاه در اغلب موارد به آهستگی پیشرفت می‌کند.

عوامل خطرزا:

سابقه خانوادگی، سن، دیابت، بیماری قلبی-عروقی، سندرم‌های میگرنی، نزدیک بینی، ضربه‌های چشمی و سابقه استفاده‌ی طولانی مدت از کورتیکواستروئیدهای موضعی و سیستمیک.

آب سیاه چگونه درمان می‌شود؟

الف) قطره‌های چشمی پایین آورنده فشار

ممکن است برای درمان آب سیاه قطره‌های چشمی تجویز شود. این قطره‌ها برای این که مؤثر باشند، باید به طور

منظم و همیشگی مصرف شوند. اکثر بیماران که چند قطره استفاده می‌کنند به خوبی درمان می‌شوند. قطره‌های چشمی را طبق تجویز پزشک مصرف کنید و همیشه به همراه داشته باشید.

ب) درمان لیزری

درمان لیزری برای کاهش فشار چشم یا درمان آب سیاه حاد با زاویه بسته ممکن است ضروری باشد، این روش درد و ناراحتی بسیار کمی ایجاد می‌کند.

این نوع لیزر با درمان لیزری اصلاح شماره چشم (لیزیک) و درمان لیزری شبکه‌ی بیماران دیابتی متفاوت است.

پ) درمان جراحی

★ جراحی آب سیاه منجر به بهبودی کامل بیماری نمی‌شود و در روزهای ابتدایی حتی ممکن است کاهش دید مختصری هم ایجاد کند. هدف از جراحی حفظ بینایی (نه بهبود آن) است و در موارد ذیل استفاده می‌شود:

★ در صورتیکه قطره‌های چشمی و یا لیزر مؤثر نباشند.
★ در صورتیکه قطره‌های چشمی برای شما عارضه مهمی ایجاد کند.

★ در صورتیکه جراحی چشمی دیگری (مانند جراحی آب مروارید) ضروری باشد.