

این از کار طولانی در محیط های گرم و خشک و
هیز نباید.

و های مختلف بدون دستکش و شاک جدا
باید قطره های ضد التهاب معمولاً دارای عارضه
اند توسط پزشک تجویز شود.

سورناگها - سرناکند - و از پایین آوردن سر
روداری ...

غذایی که ایجاد یبوست می کند خودداری شود.
... که شمارا ... می کشد به جلو خم
... را ...

عطسه ، با فراغ و زور زدن ریاضی خودداری شود.
کردن اجسام و اوزان سنگین که باعث فشار به چشم
شود ...

... چشم خراشی شده ، در
جراحی ضروری است.

زیختن قطره در چشم از دست زدن به چشم و یا پاک
با دستمال خودداری شود.

ابت و ناشویی در هفته اول بعد از عمل مجاز نمی
باشد و ریشها تعویذ ، عمل آلوده ،

... در ... گذشت خودداری کنید و دقت
قطره ها در سرپوش ایستاد ... باشد.

در استفاده از قطره به سمت بالا نگاه کنید و پلک پائینی
... در ... زاویه داخلی چشم ...



و بعد پلک ها را بسته و بنا انگشت زاویه داخلی چشم را برای
چند ثانیه فشار داده تا از جذب بیشتر یک دارو جلوگیری شود.

۱۱- ... به ده قطره ...

۱۲- زمان حمام و شستن صورت باید با نظر پزشک معالج و به
نحوی باشد که آب داخل چشم نرود.

۱۳- به منظور جلوگیری از عفونت باید از تماس دست آلوده
با چشم اکیداً خودداری شود و هنگام ریختن قطره نوک ظرف
دارو نباید با پلک و مژه تماس پیدا کند.

۱۴- در صورت افزایش درد و ورم پلک ها و تغییر ناگهانی در
بینایی فوراً به پزشک مراجعه نمایید.

۱۵- در صورت انجام مسافرت با هواپیمای قبل از انجام پرواز بنا
پزشک خود مشورت کنید.

۱۶- در مورد بیماری که عمل شبکیه و زجاجیه انجام داده اند
و در مورد وضعیت سر و بدن بعد از عمل جهت ایجاد نتایج
بهتر از پزشک معالج خود سوال کرده و دستورات وی را دقیقاً
رعایت نماید.

۱۷- در مورد از سرگیری فعالیتها یا ورزشهای سنگین با پزشک
معالج خود مشورت کنید.

۱۸- جهت انجام معاینات بعد از عمل در زمان تعیین شده به
پزشک معالج خود مراجعه کنید.



جمهوری اسلامی ایران
خدمت پرستاری
مرکز آموزشی درمانی امام رضا (ع)

ناخنک چشم (pterygium)

تهیه کننده :
چنان خیدری

شماره
۲



ناخنک چشم

ناخنک یک ضایعه مثلثی است که از سفیدی چشم (ملتحمه) روی مناس چشم (قرنیه) کناره می شود. این ضایعه ناشی از رشد خوش خیم بافت پیوندی و رنگ های ملتحمه است. ناخنک معمولاً ابتدا به صورت یک سفیدی روی ملتحمه ایجاد می شود که به تدریج به سمت قرنیه رشد می کند به علت وجود رنگ های زیاد معمولاً رنگ ناخنک صورتی یا قرمز است. ناخنک گاهی منتهی می شود و باعث سوزش، خارش و اشک ریزش می شود. گاهی اوقات هم رشد زیادی می کند و تا وسط قرنیه می رسد و جلوی دید فرد را می گیرد. علاوه بر این، حتی ناخنک های کوچکتر هم می توانند با تغییر شکل قرینه باعث ایجاد آستیگماتیسم شود و دید افراد را تاریک کند.

پیشگیری

اشعه ماورای بنفش خورشید (UV) در ایجاد ناخنک موثر است. بنابراین توصیه می شود افرادی که در مناطق آفتابی زندگی می کنند و مدت زیادی در معرض تابش آفتاب هستند از کلاه لبه دار و عینک آفتابی استفاده کنند همچنین باید شنبلیله و گرد و خاک مسکن است. با تحریک چشم در ایجاد ناخنک موثر باشد. در افرادی که ناخنک دارند معمولاً زود آب به چشم ها در مواقع شستن دست و صورت یا حمام کردن باعث تحریک چشم و ایجاد سوزش و قرمز شدن چشم ها می شود. بنابراین این افراد باید دقت کنند که حتی الامکان آب وارد چشم شان نشود.



درمان

اگر ناخنک کوچک باشد و ظاهر ناخوشایند نداشته باشد و باعث سوزش و سوزش چشم ها و آلودگی به دوامد خاصیت ندارد. اما اگر ناخنک گاهی منتهی شود و موجب سوزش و قرمزی چشم شود. مصرف قطره های اشک مصنوعی به صورت مکرر موجب تسکین خلائم می شود. در مواردی که ناخنک التهاب شدیدی دارد می توان با نظر چشم پزشکی یک دوره درمانی با قطره های استروئیدی یا سایر قطره های ضد التهابی انجام و در مورد ناخنک های بزرگ تر از لحاظ ظاهری و زیبایی اهمیت دارند و یا با ایجاد آستیگماتیسم باعث تاری دید شده اند می توان با جراحی ناخنک را برداشت. البته اگر ناخنک به صورت ساده برداشته شود احتمال عود آن زیاد است. به خصوص در افراد جوان و افرادی که ناخنک منتهی دارند. در تیم از موارد عود دیده می شود. در این افراد بهتر است علاوه بر برداشتن ناخنک، از روش های تکمیلی مثل پیوند ملتحمه با استفاده از داروهای خاص (مثلاً میتوماکسین) در جراحی استفاده شود. در ناخنک های خیلی بزرگ که وسط قرنیه را هم درگیر کرده است، مسکن است لازم باشد علاوه بر اقدامات فوقی، از پیوند قرینه لایه ای برای اصلاح شکل قرینه استفاده شود. لازم به ذکر است که برخی از توپورهای چشمی ممکن است در ابتدا با ناخنک اشتباه شوند. پس در مواردی که ناخنک رشد خیلی سریعی دارد و یا مکرر عود می کند، حتماً باید به چشم پزشکی مراجعه کنیم



درمان

در مراحل اولیه بیماری قطره های چشمی ضد التهابی قرمزی و ناراحتی چشم را کنترل می کند. در صورت تداوم درگیری قرمز بیشتر از ۲ میلی متر) ناراحتی بیمار، مزاحمت در استفاده از تماسی و یا مسئله زیبایی این ضایعه باید با عمل جراحی برداشته شود. مسئله مهم در جراحی ناخنک عود مجدد آن است. اساس مطالعات انجام شده برداشتن ناخنک به تنهایی منجر به عود آن در تقریباً نیمی از بیماران می گردد. هم اکنون جهت کاهش میزان عود از داروهای ضد رشد ناخنک مثل در حین عمل، پس از آن و یا از پیوند های مختلف استفاده می شود. این پیوند می تواند از خود فرد و یا عشاء آنتیون باشد که با مداخله جراحی تصمیم گیری می شود. عمل جراحی می تواند تحت بی حسی موضعی یا بیهوشی عمومی انجام گیرد. قطره های چشمی ضد عفونت و ضد التهاب بنا به سلیقه چندین هفته پس از عمل جراحی باید توسط بیمار استفاده شود. قرمزی مخصص در ناحیه عمل شده معمولاً ظرف ۲ تا ۳ بطور کاملی از بین می رود. داروهای ضد ناخنک بسیار می باشد. لذا در صورت تجویز پزشک بایدستی مرتباً از پزشک ویزیت شود تا از عوارض دارو جلوگیری شود.

توصیه ها

جهت جلوگیری از آثار سوء اشعه های خورشید عینک آفتابی استفاده کنید.

