

ورم ملتحمه (کونژکتیویت) چیست؟

ورم ملتحمه اصطلاحی است که برای توصیف التهاب ملتحمه از آن استفاده می‌شود و شایع ترین علت قرمزی چشم می‌باشد. سفیدی چشم یا پرده نازکی به نام ملتحمه پوشیده شده است که ترشحات مخاطی را برای پوشاندن و نرم کردن سطح چشم تولید می‌کند. در صورت تحریک یا التهاب ملتحمه، عروق خونی آن مشخص تر می‌شوند و چشم، قرمز به نظر می‌رسد.

علائم عفونت چشم

✓ چشم‌ها خارش و سوزش و ترشحات غلیظ فراوانی دارند که هنگام خواب باعث چسبیدن پلک‌ها به هم می‌شود.

✓ سفیدی چشم، قرمز رنگ شده و از چشم اشک می‌آید.

✓ هنگام پلک زدن احساس می‌شود که چیزی مثل شن و ماسه در چشم وجود دارد.

✓ پلک‌ها هنگام خواب خشک می‌شوند، در ناحیه پلک‌ها ورم دیده می‌شود.

✓ در بعضی موارد به خصوص در عفونت‌های ویروسی چشم ممکن است تب، گلودرد و علائم سرماخوردگی نیز همراه نشانه‌های بالا وجود داشته باشند.

علت کونژکتیویت چیست؟

عوامل گوناگونی می‌توانند سبب ورم ملتحمه شوند که شایع ترین آنها عبارتند از عفونت‌ها، آلرژی‌ها و تحریک‌های محیطی. از آنجا که ملتحمه بافت ساده‌ای است، به همه محرک‌ها به یک گونه پاسخ می‌دهد و قرمز می‌شود.

عفونت چشم در کودکان بیشتر در اثر عدم رعایت نکات بهداشتی و بیماری‌های ویروسی است.

پیشگیری از عفونت چشم کودک:

* رعایت بهداشت هنگام ابتلا به عفونت چشمی بسیار مهم است، چون این عفونت واگیردار بوده و به راحتی از فرد مبتلا به افراد سالم سرایت می‌کند.

* از جمله راه‌های سرایت این عفونت، مالیدن دست به چشم کودک و روبوسی افراد بیمار با کودک و استفاده از حوله مشترک است.

* شستشوی چشم با شامپوی بچه در پیشگیری از عفونت‌های چشمی موثر است، زیرا بسیاری از عفونت‌های چشمی از زیرمژه‌ها شروع می‌شوند.

در شرایط زیر به پزشک مراجعه کنید:

* در صورتی که ترشحات چشم زیاد شود و با ماساژ گوشه داخلی چشم (در کنار بینی) چرک خارج گردد، باید به پزشک مراجعه کرد. ولی در صورتی که میزان ترشحات کم باشد، اقدام خاصی نیاز نخواهد داشت.

* التهاب چشم در کودک کوچک تر از یک ماه

* قرمزی و ورم پلک‌ها یا پوست اطراف آن

* چشم درد

* کاهش بینایی، تاری دید یا دوبینی

* وجود جسم خارجی در چشم که به راحتی برداشته نشود.

* جراحی چشم

* پاشیدن مواد شیمیایی به داخل چشم

* ترشح چشم یا قرمزی چشم که بیش از یک هفته طول بکشد.

* اگر چشم‌ها بعد از سه روز مداوا، بهبودی پیدا نکنند.

اقداماتی که شما والدین عزیز باید انجام دهید:

* معمولاً پزشک داروهای مخصوص چشمی مثل پماد و قطره چشمی را برای کودک تجویز می‌کند که بهتر است هنگامی که کودک بیدار است، چشم‌هایش را تمیز کرده و از آنها استفاده کنید.

* با یک گلوله پنبه‌ای که با آب گرم خیس کرده‌اید، به آرامی قی چشم را پاک کنید.

* داروها را به روش گفته شده در همین پمفلت استفاده نمایید.

* کودک شما می‌تواند بقیه را نیز مبتلا کند. پس حوله او را جدا کنید و همیشه دست‌ها و لباس‌هایش را با دقت بشویید.

* اگر یک ماده آلرژی‌زا باعث عفونت چشم کودک می‌شود، سعی کنید از این مواد پرهیز کنید.

* اگر ماده شیمیایی به چشم کودک پاشید، فوراً چشم را بشویید و به پزشک مراجعه کنید.

* باید فضای منزل دارای تهویه مناسبی باشد تا از تجمع ویروس در فضا جلوگیری شود.

عفونت چشم (کونژکتیویت)



کد: ۱۳ - ۱۳

۵- پلک را ببندید و انگشت تمیز را به آرامی در قسمتی که چشم و بینی برخورد می کند، فشار دهید تا مانع ریختن قطره به داخل بینی شود.

۶- اگر طبق دستور پزشک می بایست از قطره و پماد با هم استفاده کنید، ابتدا قطره را بچکانید و پس از مدتی از پماد استفاده کنید.

۷- اگر بیش از یک قطره چشمی برای شما تجویز شده است، یک فاصله ۵-۶ دقیقه ای را بین هر بار قطره ریختن رعایت کنید.

۸- به دستور پزشک خود در مورد تعداد قطره ها و تعداد دفعات استفاده از قطره و پماد توجه نمایید.

۹- هرگز بدون نسخه پزشک از داروهای چشمی استفاده نکنید، پس از باز شدن درب قطره ها و پمادهای استریل چشمی، حداکثر مدت زمان مناسب برای مصرف آنها یک ماه است.

تغذیه:

* این بیماری محدودیت مصرف غذایی ندارد.

دسترسی به آموزش بیمار از آدرس اینترنتی:
bahrami.tums.ac.ir

* تهران، خیابان دماوند، خیابان شهید کیایی، خیابان انصارالحسین
بیمارستان فوق تخصصی کودکان بهرامی، تلفن: ۷۳۰۱۳۰۰۰
* نوبت دهی تلفنی ۷۷۵۸۶۳۸۵ - ۷۷۵۸۶۳۸۹ - ۷۷۵۸۶۳۹۴
۷۷۵۸۶۴۰۲ (به صورت ۲۴ ساعته)

* نوبت دهی اینترنتی: **nobat.tums.ac.ir**

* چشم ها را داخل یا خارج از منزل به هیچ وجه نبندید تا از تجمع ترشحات جلوگیری شود.

* عینک های آفتابی در کاهش حساسیت به نور کمک کننده هستند.

اقدامات در هنگام وجود جسم خارجی در چشم:

پلک زیرین را به پایین بکشید و بعد از دیدن جسم، آن را با یک دستمال تمیز نرم بیرون بیاورید.

پلک بالا را به آرامی برگردانید و با سر یک گوش پاک کن تمیز به آرامی جسم خارجی را بیرون بیاورید.

راه دیگر، شستن چشم با آب روان است.

در صورتیکه جسم خارجی تیز است یا در ملتحمه فرو رفته و یا درد وجود داشت، حتماً به پزشک مراجعه کنید و چشم را دستکاری نکنید.

طریقه استفاده از قطره و پماد چشمی:

۱- ابتدا دستهای خود را با آب گرم و صابون خوب بشوید و خشک کنید.

۲- سر را کمی به عقب خم کنید.

۳- تیوب را با یک دست نگاه دارید و با دست دیگر پلک زیرین را به پایین بکشید

۴- قطره یا پماد را درون پلک پایینی خود بریزید و مراقب باشید که نوک پماد یا قطره با چشمتان تماس پیدا نکند.