



موضوع:

## التهاب ملتحمه در بزرگسالان

تهیه و تدوین:

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی شهرکرد



پمفلت آموزش سلامتی و پیشگیری بالینی

عنوان آموزشی:

# التهاب ملتحمه در بزرگسالان

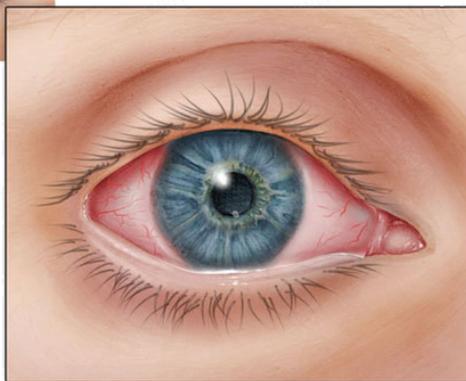


## کانزاکتیویت یا التهاب ملتحمه چشم چیست؟

منظور از کانزاکتیویت (که به آن چشم صورتی (pink eye) نیز می‌گویند) التهاب قسمتی از چشم به نام ملتحمه است. ملتحمه مخاط شفاف پوشاننده سطح خارجی قسمت سفید چشم و سطح داخلی پلک‌هاست. در نتیجه التهاب ملتحمه، چشم‌های شما قرمز، صورتی و دچار خارش می‌شود. این التهاب می‌تواند در یکی از چشم‌ها یا هر دوی آنها رخ بدهد اما از شخصی به شخص دیگر منتقل نمی‌شود، یعنی مُسری نیست.



چشم طبیعی



چشم دچار کانزاکتیویت یا التهاب ملتحمه

## علل ایجاد این التهاب چیست؟

این شرایط به دنبال ورود مواد شیمیایی و محرک به درون چشم ایجاد می‌شود، چند نمونه از مواد شیمیایی و محرک شامل موارد زیر می‌شود:

- ◀ دود دخانیات و آلاینده‌ها
- ◀ کلر
- ◀ صابون
- ◀ آلودگی هوا



## چه افرادی بیشتر در معرض خطر هستند؟

- برای افراد زیر احتمال ایجاد التهاب ملتحمه بیشتر است.
- ◀ افرادی که در منطقه‌ای با سطح آلودگی هوای زیاد زندگی می‌کنند.
- ◀ افرادی که در محیطی کار می‌کنند که ذرات شیمیایی در هوای آن وجود دارد.
- ◀ افرادی که زیاد از استخرهای عمومی استفاده می‌کنند.
- ◀ افرادی که از لنزهای تماسی استفاده می‌کنند.

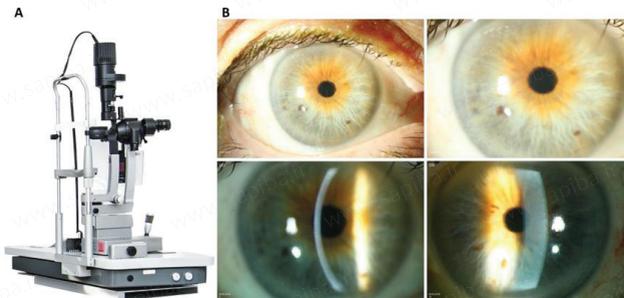
## علائم و نشانه‌های آن چیست؟

علائم التهاب ملتحمه شامل موارد زیر می‌شود:

- ◀ قرمزی چشم
- ◀ اشک ریزش
- ◀ خارش چشم
- ◀ احساس سوزش در چشم
- ◀ خروج ترشحات شفاف از چشم
- ◀ تورم پلک
- ◀ حساسیت به نور

## تشخیص این حالت چگونه انجام می‌شود؟

التهاب ملتحمه بر اساس علائم، شرح حال و معاینات بالینی شما تشخیص داده می‌شود. در طول معاینه پزشک شما ممکن است از یک ابزار مخصوص پزشکی با نور زیاد (slit lamp) برای بررسی چشم شما استفاده کند. در صورتی که چشم شما ترشحات داشت، ممکن است این ترشحات، برای رد کردن سایر علل، مورد بررسی قرار گیرد.





### درمان به چه شکل است؟

درمان شامل شست و شوی با دقت چشم و خارج کردن مواد شیمیایی می‌شود. علاوه بر این ممکن است از موارد زیر نیز استفاده شود:

- ◀ استفاده از اشک مصنوعی به منظور کمک به خروج مواد شیمیایی باقیمانده
- ◀ استفاده از داروهای ضد التهاب (استروئیدها) به منظور کاهش التهاب
- ◀ استفاده از آنتی‌بیوتیک‌ها برای جلوگیری از عفونت
- ◀ گذاشتن کمپرس سرد برای کاهش التهاب و حس ناخوشایند چشم
- ◀ استفاده از داروهای ضد درد بدون نسخه

## از این دستورالعمل‌ها در منزل پیروی کنید:

◀ هر نوع داروی با یا بدون نسخه را تنها بر اساس گفته پزشک اطفال به کودک خود بدهید.

◀ در صورتی که برای شما آنتی‌بیوتیک تجویز شده است، آن را بر اساس توصیه پزشک خود مصرف کنید و مصرف آن را به علت اینکه احساس می‌کنید خوب شده‌اید قطع نکنید.

◀ تا زمانی که التهاب به طور کامل از بین نرفته یا پزشکتان اجازه نداده است:

۱. از لنزهای تماسی استفاده نکنید و به جای آن عینک بزنید.

۲. از آرایش چشم استفاده نکنید.

۳. چشمان خود را لمس نکنید یا نمالید.

◀ برای بهبود چشم خود، یک کمپرس سرد تمیز، روزانه ۳-۴ بار و هر بار به مدت ۱۰-۲۰ دقیقه روی چشمتان بگذارید.

◀ از حضور در محیط‌هایی که مواد شیمیایی یا محرک در آن وجود دارد خودداری کنید. در مواقع لزوم از محافظ چشم استفاده کنید.



◀ قبل از استفاده از کمپرس سرد یا قطره چشمی، دستان خود را با آب و صابون بشوئید. در صورت عدم دسترسی به آب و صابون، از ضد عفونی کننده دست استفاده کنید.

◀ در تمام ویزیت‌های بعدی مخصوص پیگیری، همانطور که پزشکتان توصیه کرده است شرکت کنید. این موضوع مهم است.



### در موارد زیر به پزشک خود مراجعه کنید

- ◀ علائمتان بهتر نشد یا حتی بدتر شد.
- ◀ علائم جدیدی پیدا کردید.
- ◀ درد چشمتان بیشتر شد.
- ◀ ترشحات چرکی از چشمتان خارج می‌شد.

در صورتی که وضعیت بینایی شما به صورت ناگهانی بدتر شد، وضعیت خود را فوراً پیگیری کنید.