



# کارت ترخیص



## خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از پارگی قرنیه (Corneal Rupture / Corneal Laceration Surgery)

### پارگی قرنیه چیست ؟

پارگی یا خراش عمیق قرنیه، لایه شفاف جلوی چشم، می‌تواند باعث کاهش شدید بینایی، درد و حساسیت به نور شود. این وضعیت اغلب به دنبال ضربه، خراش یا جسم خارجی ایجاد می‌شود و نیازمند مراقبت فوری و جراحی برای ترمیم است.

### علائم شایع:

\* درد شدید چشم \* کاهش دید یا تاری شدید \* ترشحات غیرطبیعی از چشم \* حساسیت به نور \* احساس جسم خارجی در چشم \* قرمزی و تورم اطراف چشم

### علائم خطر پس از ترخیص

خونریزی یا ترشح چرکی از چشم  
کاهش یا از دست رفتن بینایی  
درد شدید و غیرقابل کنترل  
قرمزی یا تورم شدید  
تهوع یا استفراغ همراه با درد چشم  
دوبینی یا اختلال بینایی ناگهانی

### دارودرمانی پس از ترخیص

آنتی‌بیوتیک‌های چشمی یا خوراکی: برای پیشگیری از عفونت  
قطره‌های ضد التهاب و مسکن: برای کاهش درد و تورم  
قطره مرطوب‌کننده: برای جلوگیری از خشکی قرنیه

### نکات مهم:

مصرف دارو دقیقاً طبق دستور پزشک  
تکمیل دوره دارویی حتی در صورت بهبود چشم  
گزارش عوارض جانبی به پزشک

### تداخلات دارویی و غذایی

اطلاع پزشک از تمام داروها و مکمل‌ها  
پرهیز از داروهای رقیق‌کننده خون بدون مشورت پزشک  
مصرف رژیم غذایی سالم و مایعات کافی برای بهبود زخم

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## 🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

استفاده از محافظ چشم (عینک محافظ یا شیلد)

عدم مالش یا فشار به چشم

استراحت کافی و اجتناب از فعالیت‌های شدي

شستشوی دست‌ها قبل از تماس با چشم

رعایت نور مناسب برای کاهش تحریک چشم

## 🚿 حمام و بهداشت فردی 🚿

\* جلوگیری از ورود آب، شامپو یا صابون به چشم \* شستشوی آرام صورت بدون تماس مستقیم با چشم \* استفاده از حوله نرم و تمی

## 🏃 فعالیت و بازگشت به کار 🏃

شروع تدریجی فعالیت‌های روزمره

اجتناب از ورزش‌های سنگین یا فعالیت‌هایی که ممکن است ضربه به چشم وارد شود

رعایت دستورالعمل پزشک برای رانندگی و کارهای حساس به بینایی

## 🍎 تغذیه پس از ترخیص 🍎

\* مصرف رژیم غذایی سالم برای بهبود زخم و کاهش التهاب \* افزایش مصرف میوه‌ها و سبزیجات غنی از ویتامین C و A

\* مصرف کافی پروتئین برای ترمیم بافت \* پرهیز از الکل و غذاهای پرادویه یا شور

## 📄 پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی 📄

\* ویزیت منظم چشم‌پزشک یا جراح \* بررسی ترمیم قرنیه و شفافیت آن \* کنترل فشار داخل چشم \* ارزیابی بینایی و ثبت تغییرات

روزانه \* در صورت نیاز انجام تصویربرداری یا تست‌های تخصصی قرنیه

## 🏥 ارجاع مجدد به پزشک 🏥

\* خونریزی یا ترشح چرکی از چشم \* کاهش بینایی یا تاری شدید \* درد یا تورم غیرقابل کنترل \* حساسیت شدید به نور

\* دویینی یا اختلال بینایی ناگهانی

## 🌸 پیشگیری و مراقبت‌های کلی 🌸

\* استفاده از محافظ چشم در محیط‌های پرخطر \* رعایت بهداشت دست و عدم لمس مستقیم چشم \* کنترل بیماری‌های زمینه‌ای

مانند دیابت \* پیگیری دقیق و ثبت علائم روزانه \* رعایت دستورالعمل دارویی و غذایی

کد آموزشی: PDC-OPH-04



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد