



کارت ترخیص



👁️ ✨ راهنمای جامع خودمراقبتی پس از ترخیص کاتاراکت (Cataract)

👉 کاتاراکت چیست 🌈 👁️ ؟

کاتاراکت باعث کدر شدن عدسی چشم و کاهش دید می‌شود. درمان اصلی جراحی برداشتن عدسی و تعویض با لنز مصنوعی است. علائم کاتاراکت شامل موارد زیر است:

👁️ تاری دید

👁️ حساسیت به نور

👁️ تغییر رنگ اشیا

👁️ کاهش دید شبانه

⚠️ SOS علائم هشدار پس از ترخیص

مراجعه فوری در صورت مشاهده:

● درد شدید چشم

● خونریزی یا ترشح غیر طبیعی

● تورم یا قرمزی گسترش یافته

● کاهش دید یا از دست دادن بینایی

● حساسیت شدید به نور

👉 دارودرمانی پس از ترخیص 📋

👁️ قطره‌های ضد التهاب و آنتی‌بیوتیک

👁️ قطره‌های ضد فشار چشم

👉 مسکن‌های خوراکی

👉 ویتامین‌ها و مکمل‌ها

👉 نکات مهم:

🕒 مصرف طبق نسخه 🕒 شستشوی دست قبل از مصرف 🕒 خودداری از مالش چشم 🕒

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



👁️ 👁️ 👁️ مراقبت و پیگیری پس از ترخیص

مراقبت از چشم: محافظ چشم در شب و محیط پر نور 😊 👁️ استراحت کافی 🛌

خودداری از مالش 🚫 🖐️

شستشوی ملایم اطراف چشم 💧 💧

پیگیری پزشکی:

ویزیت دوره‌ای 📅 👤

بررسی فشار چشم و لنز مصنوعی 👁️ 👁️

مراجعه فوری در صورت تغییر دید ⚠️ 👁️

فعالیت‌های روزانه:

فعالیت سبک 🚶

آرامش و تنفس عمیق 🧘

خودداری از ورزش سنگین 🚫 🏃

🍏 🥑 🥗 تغذیه و سلامت عمومی 🥤

سبزیجات سبز، میوه‌های رنگی 🍓 🥦

ماهی و آجیل 🐟 🥜

هیدراتاسیون کافی 💧 🥤

اجتناب از الکل و دخانیات 🚫 🍷 🚬

✅ 📄 چک لیست روزانه بیمار

مصرف قطره‌ها طبق نسخه ⌚ 💧

یادداشت درد یا علائم غیر طبیعی 👁️ 📄

رعایت بهداشت و مراقبت از چشم 🧴 🧼

فعالیت سبک و استراحت کافی 🚶 🛌

مراجعات دوره‌ای به پزشک 👤 📅

کد آموزشی: PDC-OPH-13



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد