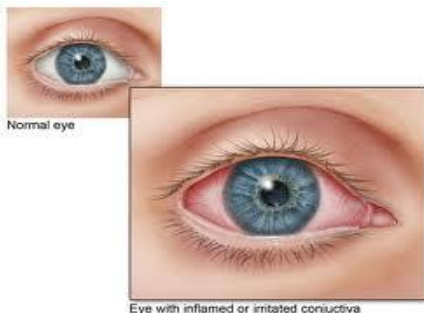


کونژنکتیویت یا التهاب ملتحمه

ملتحمه غشا نازک و شفافی است که روی سفیدی چشم (صلبیه) و سطح داخلی پلکها را پوشانده است. التهاب این غشا به دلایل عفونی یا غیر عفونی کونژنکتیویت نامیده می شود.



علائم و نشانه ها:

- ۱ - قرمزی چشم
- ۲ - احساس وجود شن ریزه یا جسم خارجی در چشم های خود که معمولاً بدون درد است.
- ۳ - اشک ریزش یا ترشحات چرکی
- ۴ - در این بیماری کاهش دید وجود ندارد.

پیشگیری و درمان:

پیشگیری نقش بسیار مهمی در جلوگیری از انتقال بیماری و آلودگی از یک چشم به چشم دیگر و از یک فرد به فرد دیگر را دارد. مراجعه به پزشک جهت تشخیص علت و درمان مناسب ضروری است. لذا برای پیشگیری مؤثر به نکات زیر توجه کنید:



۱ - دست های خود را به صورت مرتب بشویید و از مالیدن چشم خود خودداری کنید. در بسیاری از موارد بر اثر خاراندن چشم مبتلا آلودگی انتقال می یابد.

۲ - از حوله و بالش مشترک استفاده نکنید.

۳ - از قطره چشمی مشترک استفاده نکنید.

۴ - تا حد امکان از دست دادن با دیگران خودداری کنید.

۵ - تا درمان کامل شنا نکنید (بعضی از باکتری ها از طریق آب انتقال می یابد).



۶ - از دستمال کاغذی و به صورت یکبار مصرف استفاده کنید. مجدداً از یک دستمال استفاده نکنید.

۷ - وسایل کاری که با آن در تماس هستید ضدعفونی کنید.

۸ - جهت پیشگیری از ابتلای دیگران تا مدت ۱۰ روز در محل های شلوغ مثل مدرسه یا مهد کودک حاضر نشوید.

۹ - در نوع التهاب ملتحمه که ناشی از حساسیت باشد (آلرژیک)، استفاده از کمپرس سرد و اشک مصنوعی تا حدودی کمک کننده است.

۱۰ - اگر چشم شما ترشحات زیاد و چسبناک دارد، با آب جوشیده سرد شده آن را بشویید و سپس با یک حوله تمیز آن را خشک کنید.



۱۱- از پوشش (پد) یا باند روی چشم استفاده نکنید. چون باعث می شود عفونت در چشم شما بماند و وضعیت را بدتر کند.

۱۲- از وسایل آرایش مخصوص چشم مثل مداد چشم به صورت مشترک استفاده نکنید.

۱۳- برای کاهش حساسیت به نور و آزدگی ناشی از نور آفتاب می توانید از عینک آفتابی استفاده کنید.



۱۴- در صورت تجویز قطره و یا پماد به صورت مرتب استفاده کنید.

۱۵- در صورت بدتر شدن علایم شامل افزایش درد یا طولانی شدن علایم به پزشک معالج خود مراجعه کنید.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)

آموزش به بیمار

کد ۵۶



کونژنکتیویت یا التهاب ملتحمه



مطہم کننده: مہن قاسمی (کارشناس ارشد آموزش به بیمار)
تایید کننده: دکتر نوید نیلوفر و شان (فوق تخصص لاپاروسکوپی قریه و خارج چشمی، عضو
ہیئت علمی دانشگاہ علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۰

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>