



## مراقبت های بعد از کاشت لنز چشمی

مراقبت های بعد از کاشت لنز از جمله مهم ترین اقداماتی است که باید پس از عمل جراحی به خوبی آن ها را انجام داده تا مانع از بروز عوارض عمل شده و از رخداد هر اتفاقی جلوگیری نمایید .

### عمل جراحی کاشت لنز

برای افرادی که امکان انجام رفع عیوب انکساری از جمله دور بینی، نزدیک بینی به دلیل



ضعامت نامناسب قرنیه و عوامل دیگر با عمل هایی چون لیزیک، لازک و ... امکان پذیر نباشد، از عمل جراحی کاشت لنز داخل چشم استفاده می شود. در این عمل لنز مربوطه داخل چشم توسط پزشک کاشته شده و مشکل بیمار با طی شدن دوره نقاهت برطرف می شود.

### مراقبت های بعد از کاشت لنز

پس از آن که لنز مربوطه داخل چشم بیمار کاشته شد، لازم است تا مراقبت های لازم حتماً توسط او لحاظ شود تا مانع از بروز هر رخدادی گردد. علاوه بر این مراقبت ها در طی دوران نقاهت، باید ها و نبایدهایی نیز وجود دارد که لازم است حتماً مورد توجه قرار گیرد:

### مراقبت های بعد از عمل جراحی کاشت لنز

- نگران پانسمان چشم خود نباشید. روز بعد از عمل نوبت ویزیت شماسست و پانسمان برداشته خواهد شد. در طول این مدت مراقب باشید تا ضربه ای به محل وارد نشود.
- شما مجاز هستید بعد از ۲۴ ساعت صورت خود را بشویید و استحمام انجام دهید.
- داروها و قطره های تجویز شده را طبق نسخه در زمان بیداری مصرف نمایید تا دوران نقاهت به خوبی سپری شود.
- پس از عمل یک محافظ پلاستیکی شفاف روی چشم شما کشیده می شود تا مانع از ورود آلودگی در منزل به منطقه جراحی شده گردد. پس حساسیت و نگرانی زیادی برای دید خود و نتیجه عمل نداشته باشید.

در صورتی که احساس درد، دو بینی، سوزش شدید، تاری و کدر شدن دید، حساسیت زیاد به نور و ... را داشتید حتماً با پزشک مربوطه ارتباط برقرار نموده و راه کار های مناسب را دریافت نمایید.

در صورتی که تنها زندگی می کنید بهتر است از یک همراه، دوست، پرستار و ... درخواست کمک نمایید. زیرا که در روزهای اول پس از عمل ممکن است دید شما کامل نبوده و برای برخی از کارهای خود نیاز به کسی داشته باشید تا شما را همراهی نماید. همچنین در برخی موارد ممکن است به نور نیز حساسیت اندکی داشته باشید. در این شرایط حضور یک نفر در کنار شما الزامی می باشد.

در صورت چسبیده شدن پلک ها، کاهش زیاد بینایی و ... حتماً به پزشک اطلاع دهید. البته از یاد نبرید ممکن است بعد از عمل احساس کنید چیزی درون چشم شما جدید است. این امر کاملاً عادی است و پس از چند روز عادی می شود.

در صورت سوزش و درد و قرمزی از مسکن و اشک مصنوعی استفاده شود.

در صورت تاری دید و درد غیر طبیعی به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه شود.

### **اقدامات مضر پس از عمل کاشت لنز ❌**

نور خورشید برای شما بعد از عمل مضر است. مانع از رسیدن آن به چشم های خود شوید.

هرگز چشم های خود را ماساژ ندهید. همه نتیجه عمل را بهم خواهد ریخت.

تا یک هفته از استفاده لوازم آرایش برای چشم های خود دوری کنید.

بهتر است زیاد پشت فرمان ننشینید و رانندگی را برای پس از دوران نقاهت بگذارید.

از مواد شیمیایی دوری کنید.

در محیط های آلوده، دارای گرد و غبار حاضر نشوید.

در روز اول سر خود را نشویید و پس از مجاز بودن برای استحمام مراقب باشید مواد بهداشتی و شوینده وارد چشم هایتان نشود.

از ورزش های رزمی همچون بوکس تا یک ماه دوری کنید.

از هفته دوم به بعد می توانید شنا و تنیس را در برنامه خود قرار دهید.



- از تماشای تلویزیون، رایانه و تکنولوژی های تصویری بهتر است دوری کرده و کمتر استفاده کنید تا دوران نقاهت سپری شود. اما اگر شغل شما لازم به استفاده این موارد است، حتما از قطره های چشمی اشک مصنوعی استفاده کنید.
- وسایل های سنگین را جا به جا نکنید. و برای سوار شدن به هواپیما با پزشک مشورت نمایید.



### اقدامات مفید بعد از کاشت لنز داخل چشم

- بهتر است شب ها به مدت یک هفته در دوران نقاهت از محافظ چشم استفاده نمایید.
- داروها و قطره ها سر ساعت مقرر استفاده نمایید و مانع از بروز عوارض عدم استفاده دارو شوید.
- استحمام خود را پیوسته انجام دهید مگر در زمانی که از طرف پزشک ممنوع اعلام شده باشد.
- در حمام می توانید از محافظ چشم استفاده کنید تا مانع از رفتن آب، شامپو، صابون و ... به داخل چشم شوید.
- از مراقبت های بعد از کاشت لنز که در بالاتر گفته شد به خوبی بهره ببرید، تا طول درمان به خوبی سپری شود.
- بیرون از منزل از عینک آفتابی مناسب حتما استفاده نمایید. تا مانع از ورود نور خورشید به چشم ها شوید.
- پیاده روی روزانه خود را به طور معمول می توانید بعد از عمل انجام دهید.
- در طول مصرف قطره ها و دارو ها از تمیزی دست های خود اطمینان کامل را حاصل نمایید.
- در روزهای ابتدایی پس از عمل حساسیت زیادی نداشته باشید و از ایجاد استرس دوری کنید.



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



آموزش به بیمار

کد ۱۲

## مراقبت های بعد از کاشت لنز چشمی



مطینم: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقا

سلامت)

تأیید کننده:

سال ۱۴۰۲

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

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