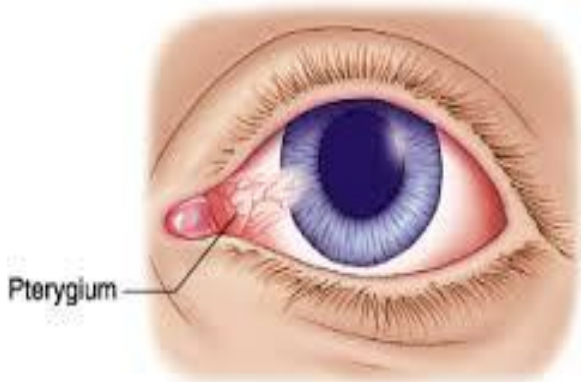




مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع)

راهنمای خود مراقبتی ناخنک



دفتر آموزش سلامت بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد

تایید کننده:

دکتر محسن محمدزاده متخصص بیماریهای چشم

کد محتوا: ۱۴۴

گروه هدف: بیماران

زمستان ۱۴۰۰

- برای نماز خواندن وضو جبیره بگیرید تا چند روز از رفتن به سجده و رکوع خودداری کنید (مهر باید به پیشانی نزدیک کنید از بکار بردن مواد آرایشی در اطراف و داخل چشم ها تا ۲ هفته پرهیزید.
- تا بهبودی دید بطور کامل از انجام رانندگی خودداری نمایید.
- جهت محافظت چشم از نور آفتاب، از عینک آفتابی استفاده کنید.
- تا جای ممکن از کار طولانی در محیط های گرم و خشک و گرد و غبار پرهیزید
- قرمزی مختصر در ناحیه عمل شده معمولاً ظرف ۲ تا ۳ ماه به طور کامل از بین می رود
- در زمان مقرر به پزشک معالج خود مراجعه کنید و نسخه داروها و برگه خلاصه پرونده را به همراه داشته باشید.

علائم هشدار دهنده جهت مراجعه فوری:

- در صورت بروز علائمی از قبیل درد شدید، ترشح فراوان، قرمزی شدید، خارش، کاهش دید پیش رونده، التهاب فراوان یا احساس وجود جسم خارجی در چشم به مدت طولانی به پزشک معالج اطلاع داده و به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.

❖ پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام

تعطیلات ساعت ۱۴ الی ۱۵: خانم ریحانی

۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳

❖ آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان جهت کسب اطلاعات بیشتر:

www.nkums.ac.ir

❖ شماره تماس بخش چشم: ۰۵۸-۳۱۵۱۴۰۸۸

در مواردی که ناخنک رشد خیلی سریعی دارد و یا مکرراً عود می کند حتماً باید با چشم پزشک مشورت کنید

مراقبت های قبل از عمل ناخنک

- از چند روز قبل از عمل از مواد آرایشی در اطراف چشم ها و مژه ها خودداری نموده و شب قبل از عمل بهتر است دوش بگیرید.
- اگر از لنز چشمی استفاده میکنید حتماً قبل از معاینه و عمل آنها را از چشم خود خارج کنید.
- سابقه داشتن هرگونه بیماری قبلی و زمینه ای، استفاده مداوم از هر دارویی نظیر کورتون را به پزشک خود اطلاع دهید.
- در صورت شیردهی و باردار بودن پزشک خود را در جریان بگذارید

مراقبت های بعد از عمل ناخنک:

- در روزهای اول بعد از عمل به پشت بخوابید و از تماس چشم با بالش خودداری نمایید.
- از سرفه کردن، عطسه زدن، زور زدن و فین کردن بینی اجتناب و در صورت نیاز با دهان باز عطسه کنید
- از مالش و خاراندن چشم به مدت یک ماه پرهیزید.
- از قطره هایی که تجویز شده تا مدتی که توصیه شده استفاده نمایید.
- حمام از روز سوم بلامانع است.

ناخنک (پتریژیوم)

ناخنک ، یک ضایعه گوشتی مثلثی شکل است که از سفیدی چشم (ملتحمه) روی سیاهی چشم (قرنیه) کشیده می شود. معمولاً در طرف بینی چشم است. این ضایعه ناشی از رشد خوش خیم بافت پیوندی و رگهای ملتحمه است.

ناخنک معمولاً ابتدا به صورت یک سفیدی روی ملتحمه ایجاد می شود که به تدریج به سمت قرنیه رشد می کند. به علت وجود رگهای زیاد معمولاً رنگ ناخنک صورتی یا قرمز است. ناخنک گاهی ملتهب می شود و باعث سوزش و خارش و اشکریزش می شود. گاهی اوقات ناخنک رشد زیادی می کند و تا وسط قرنیه می رسد و جلوی دید را می گیرد. به علاوه حتی ناخنک های کوچکتر هم می توانند با تغییر شکل قرنیه باعث ایجاد آستیگماتیسم شوند و دید افراد را تار کنند.



۱

علائم

- * التهاب
- * اشک ریزش
- * سوزش و قرمزی چشم
- * احساس جسم خارجی در چشم
- * خارش
- * تاری دید

علت ناخنک

- نور آفتاب (اشعه ماوراء بنفش خورشید)
- هوای گرم و خشک
- گرد و غبار و باد شدید
- زمینه ی ارثی

بنابراین توصیه می شود افرادی که در مناطق آفتابی زندگی می کنند و مدت زیادی در معرض تابش آفتاب هستند از کلاه لبه دار و عینک آفتابی استفاده کنند. در افرادی که ناخنک دارند معمولاً ورود آب به چشمها (در موقع شستن دست و صورت یا حمام کردن) باعث تحریک چشم و ایجاد سوزش و قرمز شدن چشمها می شود. بنابراین این افراد باید دقت کنند که حتی الامکان آب وارد چشمشان نشود .

* ناخنک چشم خفیف ترین عارضه اشعه ماورای بنفش نور آفتاب است و قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور آفتاب، بدون استفاده از عینک آفتابی، از علل مهم بروز آن است.

* کشاورزان و کارگران ساختمانی به علت حضور دائم و طولانی مدت در فضاهای باز (در معرض نور آفتاب) مستعد ابتلا به ناخنک چشمی هستند

درمان و مراقبتهای پرستاری

* اگر ناخنک کوچک باشد و ظاهر ناخوشایندی

نداشته باشد و باعث قرمزی و سوزش چشمها نشود نیاز به درمان خاصی ندارد

* اگر ناخنک ملتهب شود و سوزش و قرمزی چشم ایجاد کند مصرف قطره های اشک مصنوعی به صورت مکرر ممکن است باعث تسکین علائم شود

* در مواردی که ناخنک التهاب شدیدی دارد می توان با نظر چشم پزشک یک دوره درمان با قطره های استروئیدی یا سایر قطره های ضد التهاب انجام داد

* در مورد ناخنک های بزرگتر که از لحاظ ظاهری و زیبایی اهمیت دارند و یا با ایجاد آستیگماتیسم باعث تاری دید شده اند می توان با جراحی ناخنک را برداشت.

* البته اگر ناخنک به صورت ساده برداشته شود احتمال عود آن زیاد است و به خصوص در افراد جوان و افرادی که ناخنک ملتهب دارند در نیمی از موارد، عود دیده می شود. در این افراد بهتر است علاوه بر برداشتن ناخنک از روشهای تکمیلی مثل پیوند ملتحمه یا استفاده از داروهای خاص (مثلاً

میتومايسين) در حین جراحی استفاده شود.
* در ناخنک های خیلی بزرگ که وسط قرنیه را هم درگیر کرده اند ممکن است لازم باشد علاوه بر اقدامات فوق از پیوند قرنیه لایه ای برای اصلاح شکل قرنیه استفاده شود.

۳