



بیمارستان سیدالشهداء فارسان



گلوکوم

بیمار گرامی:

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص

بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.

تهیه و تنظیم: سوپر وایزر آموزش سلامت

با همکاری: سوپر وایزر آموزش کارکنان

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۴

کد پمفلت: GLO P-QIF 317

- با چشمهایتان به سقف نگاه کنید. با انگشت پلک پایینی را به سمت پایینی و جلو بکشید تا یک فضای کیسه مانند ایجاد شود.

- قطره چکان را ۲ سانتی متر بالای چشم قرار دهید و آنرا فشار دهید. قطره را بداخل این فضا چکانده بدون اینکه نوک قطره چکان با چشم یا پلک تماس یابد. (به منظور جلوگیری از آلودگی ظرف قطره)

- بیشتر حجم قطره های چشمی از طریق سیستم مجرای اشکی بینی وارد بینی می شوند. برای جلوگیری از این کار با انگشت محل تلاقی دو پلک نزدیک به بینی را به مدت ۲ تا ۳ دقیقه بفشارید. زمانی که شما پلک می زنید قطره به خارج از چشم پمپ می شود. بنابراین بهتر است برای جلوگیری از این کار چشمهایتان را به آرامی ببندید.

منابع: زهرا فتوکیان - آموزش به بیمار و خانواده

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

تلفن: ۳۳۲۳۳۰۱۷

چشمی و قرص تجویز می شوند. این داروها به دو شکل سبب کاهش فشار داخل چشم می شوند. بعضی باعث کاهش تولید مایع در چشم شده و بعضی به تخلیه بیشتر مایع از درون چشم کمک می کنند. بعضی از این داروها ممکن است سبب سردرد شده، قطره ها ممکن است سبب سوزش و قرمزی چشم شوند. داروهای ضد گلوکوم باید تا زمانی که به کنترل فشار داخل چشم کمک می کنند مصرف شوند. از آنجا که گلوکوم معمولا علامتی ندارد، گاهی بیماران داروی خود را قطع کرده و یا فراموش می کنند مصرف کنند.

جراحی

جراحی با لیزر: جراحی با لیزر به تخلیه مایع از درون چشم کمک می کند. هر چند از این روش می توان در هر زمانی استفاده کرد ولی معمولا بعد از آزمایش درمان دارویی به کار می رود. در بسیاری موارد بیمار باید بعد از جراحی لیزری نیز دارو مصرف کند.

روش های جراحی رایج: در جراحی گلوکوم، هدف ایجاد محل خروج جدیدی برای مایع داخل چشم است. قبل از جراحی به بیمار داروهایی جهت آرام و شل شدن داده شده و سپس چشم توسط تزریق مواد بی حس کننده در اطراف آن بی حس می شود.

نحوه صحیح استفاده از قطره های چشمی:

- دستهایتان را قبل از استفاده از قطره ها با آب و صابون بشوید.

صاف بنشینید، به آرامی سرتان را به عقب برگردانید.

گلوکوم (آب سیاه) در واقع گروهی از بیماریهای چشم که با افزایش فشار داخل چشم ، تغییرات مرضی در ریسک بینایی و همچنین بروز نقایص ویژه میدان بینایی مشخص می شود. آب سیاه گاهی اوقات به عنوان درد بی صدا نامیده می شود. زیرا توانایی ربودن بینایی فرد را قبل از اینکه دچار مشکل خاصی شود دارد.

انواع گلوکوم

گلوکوم زاویه باز اولیه که شایع ترین فرم گلوکوم است باعث کاهش دید تدریجی در هر دو چشم می شود و تا زمان ایجاد نقایص وسیع در میدان بینایی تشخیص داده نمی شود.

- گلوکوم حاد زاویه بسته بطور ناگهانی در پاسخ به افزایش سریع فشار داخل چشم اتفاق می افتد که کاهش بینایی در طول یک حمله می تواند تا ساعتها پایدار باقی بماند و نیازمند مداخله سریع است. این حملات معمولاً در بعداز ظهرها که مردمک هم گشاد شده اند اتفاق می افتد علائم آن عبارتند از

- بینایی غیر واضح

- دیدن یک هاله اطراف نورها

- قرمز شدن چشم - - درد شدید چشمی

- تهوع - استفراغ -

درد شدید چشم و ابرو،

در صورت وجود هر کدام از این علائم خودتان را هر چه سریعتر به نزدیکترین بیمارستان برسانید

علل (Causes)

فشار داخل چشم که به آن (IOP) می گویند باعث می شود که چشم شکل اصلی و عملکردش را بطور مناسب حفظ کند. با افزایش فشار داخل چشم احتمال آسیب به عصب چشمی خواهد بود.

عوامل خطر.

سن : سن بزرگترین عامل خطر برای گلوکوم محسوب می شود. (بالتر از ۶۰)

نژاد : سیاهپوستان بیشتر از سفیدپوستان در معرض خطرند - سابقه فامیلی گلوکوم

دیابت (مرض قند) و افزایش فشار خون ،بیماری قلبی به عنوان یک عامل خطر در افزایش احتمال ابتلا به گلوکوم محسوب می شوند.

- از دیگر عوامل مؤثر می توان به جدا شدگی شبکیه ، تومور چشم ، یوئیت ، Iritis اشاره کرد.

- آسیبهای فیزیکی : ترومای شدید که باعث افزایش فشار داخل چشم شوند نیز به عنوان عامل خطر محسوب می شوند.

استفاده طولانی مدت کورتون ها

پیشگیری

کاهش سطح کلسترول بخصوص در بیماران قلبی عروقی باعث کاهش ریسک ابتلا به گلوکوم زاویه باز

خواهد شد.

معاینه منظم می تواند از بروز آسیب های جبران ناپذیر جلوگیری کند، در نتیجه توصیه می شود که افراد بالای ۴۰ سال هر ۲ تا ۴ سال به چشم پزشک مراجعه کنند.

- د/شتن رژیم سالم : قرار دادن ویتامینها و مواد معدنی از جمله ویتامین A / ویتامین C / ویتامین E / روی و مس در رژیم غذایی روزانه و همچنین محدود کردن میزان مایعات روزانه.

- ورزش منظم : در فرد مبتلا به گلوکوم زاویه باز اگر حداقل ۳ بار در هفته برنامه ورزش منظم داشته باشد تا حدی امکان کاهش فشار چشم وجود دارد. البته در یوگا بدلیل پائین نگه داشتن سر برای مدت طولانی ممکن است، افزایش فشار داخل چشم ایجاد شود.

- استرس : استرس ممکن است باعث حمله گلوکوم حاد زاویه بسته شود. نتیجتاً تکنیکهای آرامش زا (Relaxtion) می تواند کمک کننده باشد

حفاظت از چشم : توصیه به استفاده از عینکهای

محافظتی هنگام ورزش کردن و یا هنگام کار کردن با مواد شیمیایی ، جدی است.

درمان گلوکوم:

درمان دارویی: شایع ترین نوع درمان زودرس گلوکوم درمان دارویی است. داروهای گلوکوم بصورت قطره های