

۸۲ درد یا آزردهی چشم

درباره تاری دید به نمودار ۸۳، اختلال یا نقص بینایی (صفحه ۱۸۸) مراجعه کنید. در اکثر موارد، درد یا آزردهی چشم به خاطر مسائل نسبتاً خفیف و جزئی است و جز در مواردی که از لنزهای تماسی استفاده می‌شود، نیاز به بررسی تخصصی ندارد. با وجود این، آن دسته از مشکلات چشمی که ادامه پیدا می‌کنند یا باعث اختلال بینایی می‌شوند حتماً باید توسط پزشک معاینه شوند. وجود ناحیه‌ای قرمز و بدون درد در سفیدی چشم، احتمالاً ناشی از پارگی رگهای ظریف خونی است و خود به خود برطرف می‌شود.

شروع

آیا چشمتان آسیب دیده است؟

بله

اورژانس! فوراً آمبولانس درخواست کنید.

علت احتمالی: آسیب به چشم همیشه نیازمند بررسی و درمان فوری است.

اقدامات لازم: در زمانی که منتظر کمکهای پزشکی هستید، خودتان اقدامات کمکی را برای درمان آسیب چشم انجام دهید (صفحه ۹۹). آسیب چشم شما در بیمارستان بررسی خواهد شد. شاید در برخی موارد به جراحی نیاز باشد.

خیر

آیا جسم خارجی مثلاً سنگریزه در چشمتان فرو رفته است؟

بله

علت احتمالی و اقدامات لازم: فرو رفتن جسم خارجی در چشم می‌تواند باعث درد، قرمزی و اشکریزش شود. اقدامات کمکی برای درمان آسیب چشم را انجام دهید (صفحه ۹۹). در صورتی که این اقدامات ناموفق بود یا در صورتی که چشمتان هنوز تا یک ساعت پس از خارج کردن جسم فرو رفته، دردناک بود، فوراً برای پیگیری پزشکی اقدام کنید.

خیر

آیا دچار درد شدید در داخل یا اطراف چشم شده‌اید؟

بله

آیا پوست دور چشمتان قرمز و متورم است؟

بله

علت احتمالی: یکی از علتهای احتمالی این علائم، بیماریهای جدی چشم مثل آب سیاه (گلوکوم) هستند. در این بیماری، افزایش مایع داخل چشم باعث بالا رفتن فشار چشم می‌شود. یکی دیگر از علتهای احتمالی، آیریت (التهاب عنبیه) یعنی همان التهاب بخش رنگی چشم است.

خیر

خیر

آیا احساس خشکی و ناراحتی می‌کنید؟

بله

همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: یکی از تشخیصهای احتمالی، سردرد خوشه‌ای است.

اقدامات لازم: پزشک برای بررسی و رد سایر علتهای احتمالی، شما را معاینه و احتمالاً برایتان داروهای مسکن تجویز خواهد کرد. در صورت تکرار حملات، سعی کنید زمان آنها را به صورت روزانه یادداشت کنید تا بتوانید عامل تحریک‌کننده احتمالی را که باعث شروع این سردردها می‌شود، شناسایی کنید (به میبث «کاهش دفعات میگرن» صفحه ۱۵۹ مراجعه کنید).

علت احتمالی: یکی از تشخیصهای احتمالی، خشکی چشم است. در این حالت، چشمها نمی‌توانند به میزان کافی اشک تولید کنند.

اقدامات لازم: در صورت تأیید تشخیص خشکی چشم، پزشک قطره‌هایی تجویز خواهد کرد که به عنوان اشک مصنوعی عمل می‌کنند. از این قطره‌ها می‌توان هر چند بار استفاده کرد تا موقعی که ناراحتی برطرف شود.

خیر

ادامه در صفحه بعد

هشدار!

لنزهای تماسی: در صورتی که از لنزهای تماسی استفاده می‌کنید، با ایجاد هرگونه درد یا آزردهی شدید چشم باید فوراً لنزها را خارج کنید. تا وقتی که علت مشکل مشخص و درمان نشده باشد، نباید مجدداً از این لنزها استفاده کنید. اگر علت درد سنگریزه‌ای باشد که زیر لنز رفته است، این خطر وجود دارد که قرنیه خراش برداشته باشد. سریعاً به پزشک خود مراجعه کنید.

همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: ممکن است به سلولیت کاسه چشم مبتلا شده باشید. این بیماری در اثر عفونت پوست و بافت نرم اطراف چشم بر اثر یک باکتری ایجاد می‌شود.

اقدامات لازم: برحسب شدت عفونت، پزشک ممکن است آنتی بیوتیک‌های خوراکی تجویز کند یا شما را به بیمارستان ارجاع دهد تا پس از بستری بتوان به شما آنتی‌بیوتیک‌های تزریقی تجویز کرد.

همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: یکی از علتهای احتمالی این علائم، بیماریهای جدی چشم مثل آب سیاه (گلوکوم) هستند. در این بیماری، افزایش مایع داخل چشم باعث بالا رفتن فشار چشم می‌شود. یکی دیگر از علتهای احتمالی، آیریت (التهاب عنبیه) یعنی همان التهاب بخش رنگی چشم است.

اقدامات لازم: پزشک شما را معاینه خواهد کرد و برای بررسی فوری به بیمارستان ارجاع خواهد کرد. در صورت ابتلا به آب سیاه (گلوکوم) داروهایی لازم است تا فشار چشم پایین آورده شود. شاید برای تخلیه بهتر مایع از چشم، جراحی هم لازم شود. در مورد آیریت (التهاب عنبیه) لازم است فوراً درمان با قطره‌های چشمی یا قرصهای کورتیکواستروئیدی (کورتونی) آغاز شود. هر دوی این بیماریها را باید به دقت کنترل کرد.

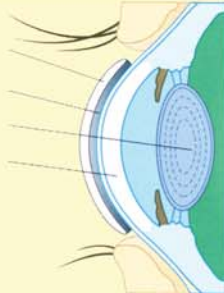
خشکی چشم

ناراحتی یا درد مبهم در داخل یا اطراف چشم، اغلب با عنوان خشکی چشم توصیف می‌شود. برخلاف عقیده رایج، مطالعه طولانی مدت یا انجام کارهای دقیق در نور کم، به خودی خود باعث خشکی چشم نمی‌شوند. این درد مبهم معمولاً ناشی از خشکی عضلات اطراف چشم است. این علائم معمولاً خود به خود از بین می‌روند و نیازی به درمان ندارند. با وجود این، در صورت تکرار مشکل به پزشک خود مراجعه کنید یا برای آزمون بینایی بیشتر به بینایی‌سنج مراجعه کنید (صفحه ۱۸۹).

ادامه از صفحه قبل

مهارت های
کنش های کلیدی

پیشگیری از مشکلات ناشی از لنزهای تماسی



قرارگیری لنز بر روی چشم

لنزهای تماسی بر روی لایه‌ای از اشک که چشم را تمیز می‌کند و از سطح چشم محافظت می‌کند، شاور می‌شوند.

بیشتر افرادی که از لنزهای تماسی استفاده می‌کنند، این وسیله برای اصلاح دیدشان به کار می‌برند و تقریباً هیچ مشکلی هم برایشان ایجاد نمی‌شود. در صورتی که چشم در هنگام گذاشتن لنز تماسی یا بعد از آن، تحریک و آزرده می‌شود، ممکن است حساسیت نسبت به مایع تمیزکننده یا مرطوب کننده لنز وجود داشته باشد. برای پیشگیری از عفونتهای جدی چشم، هنگام تمیز کردن لنزهای چندبار مصرف، بهداشت را دقیقاً رعایت کنید. هرگز برای مرطوب کردن لنز از بزاق خود استفاده نکنید. در صورتی که عفونت فوراً درمان نشود، ممکن است بینایی شما برای همیشه آسیب ببیند. در صورتی که از لنزهای تماسی استفاده می‌کنید، قبل از مصرف هرگونه قطره چشمی بدون نسخه، با داروساز مشورت کنید، چون ممکن است این قطره‌ها، با لنزهای تماسی ناسازگار باشند.

بله خیر
آیا دچار قرمزی چشمها همراه با ترشحات چسبنده شده‌اید؟

علت احتمالی و اقدامات لازم: احتمالاً مبتلا به کوژنکتیویت یا التهاب ملتحمه (مخاط پوشاننده سفیدی چشم و داخل پلکها) شده‌اید. این التهاب می‌تواند در اثر عفونت با باکتری یا ویروس، حساسیت یا آزردهی ناشی از مواد شیمیایی ایجاد شود. هر نوع ترشح چشمی را مرتباً با پنبه بهداشتی مرطوب پاک کنید. در صورت خارش چشمها، از قطره‌های چشمی ضدحساسیت بدون نسخه استفاده کنید. اگر این وضعیت در عرض ۴۸ ساعت بهتر نشد، به پزشک خود مراجعه کنید.

بله خیر
آیا پس از پاک کردن ترشحات، دید شما طبیعی می‌شود؟

بله خیر
آیا دچار مشکلی در یک یا هر دو پلک خود شده‌اید؟

همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: از جمله تشخیصهای احتمالی آبریت یا التهاب عنبیه (بخش رنگی چشم) را می‌توان نام برد.

اقدامات لازم: پزشک احتمالاً شما را به متخصص ارجاع می‌کند تا معاینه دقیق چشم انجام شود. ممکن است آزمایشهای دیگری هم برای جستجوی بیماریهایی که گاهی همزمان با آبریت وجود دارند (مثل آرتریت) انجام شود. برای پیشگیری از صدمه دائمی بینایی باید آبریت را فوراً با قطره‌ها یا قرصهای کورتیکواسترویدی (کورتونی) درمان کرد.

بله خیر
آیا پلکهای شما قرمز شده و خارش پیدا کرده است؟

اگر با استفاده از این نمودار نمی‌توانید به هیچ تشخیصی برسید، به پزشک خود مراجعه کنید.

علت احتمالی و اقدامات لازم: ممکن است بلغاریت یا التهاب پلک (التهاب و پوسته ریزی لبه‌های پلک) علت ایجاد علایم باشد. این بیماری اغلب با شوره سر همراه است. در صورت ابتلا به شوره سر، استفاده از شامپوهای ضد قارچ می‌تواند در بهبود هر دو بیماری کمک‌کننده باشد. استفاده از گرمهای مرطوب کننده غیرمعتاد بر روی پلکها هم شاید مفید باشد. در صورتی که بهبود پیدا نکردید، به پزشک خود مراجعه کنید. وی احتمالاً برای شما پماد چشمی کورتیکواسترویدی (کورتونی) تجویز خواهد کرد.

بله خیر
آیا یک برجستگی قرمز و دردناک روی پلکتان ایجاد شده است؟

علت احتمالی: گل مژه (عفونت کورک مانند‌ی در اطراف ریشه مژه) تشخیص احتمالی است.

اقدامات لازم: معمولاً گل مژه یا خود به خود می‌ترکد و چرک آن تخلیه می‌شود یا بدون درمان در عرض یک هفته خشک می‌شود. در صورت ترکیب گل مژه، با احتیاط و با استفاده از پنبه بهداشتی مرطوب، چرک آن را پاک کنید. در صورت خوب نشدن گل مژه در عرض یک هفته یا قرمز و دردناک شدن خود چشم یا عود مکرر گل مژه، به پزشک خود مراجعه کنید.

بله خیر
آیا پلک به داخل یا خارج چرخیده است؟

علت احتمالی: ممکن است مبتلا به آنتروپیون یا اکتروپسیون شده باشید. در بیماری آنتروپیون، پلکها به سمت داخل می‌چرخند به طوری که مژه‌ها با چشم تماس پیدا می‌کنند. در بیماری اکتروپسیون، پلکها به سمت بیرون چشم می‌چرخند و سطح داخلی پلک در برابر محیط بیرون قرار می‌گیرد.

اقدامات لازم: پزشک احتمالاً شما را به متخصص ارجاع می‌دهد. پزشک متخصص احتمالاً برای تصحیح وضعیت پلکها انجام جراحی کوچکی را توصیه می‌کند.

اگر با استفاده از این نمودار نمی‌توانید به هیچ تشخیصی برسید، به پزشک خود مراجعه کنید.