

کونژکتیویت / قرمزی چشم

قرمزی چشم، آزرده‌گی سفیدی چشم و پلک است. این آزرده‌گی باعث می‌شود چشم شما قرمز یا صورتی‌رنگ شود. قرمزی چشم می‌تواند ناشی از ضربه، حساسیت، عفونت یا دلایل دیگری باشد. از دلایل شایع قرمزی چشم، عفونت پلک و سفیدی چشم (کونژکتیویت) است. یکی از شایع‌ترین علت چشم قرمز التهاب ملتحمه یا کونژکتیویت است. التهاب ملتحمه یا کونژکتیویت شایع‌ترین بیماری چشمی است و شدت آن از یک پرخونی خفیف همراه با اشک ریزش تا حالت شدید آن که همراه با ترشح فراوان چرک است متفاوت است. پرخونی (قرمزی چشم) برجسته‌ترین علامت بالینی در کونژکتیویت است. این بیماری به راحتی از فردی به فرد دیگر سرایت می‌کند. برای پیشگیری از سرایت عفونت، شستن کامل دست‌ها هم توسط فرد مبتلا و هم توسط مراقب بسیار مهم است. اغلب هنگامی که فردی به قرمزی چشم مبتلا می‌شود، اشک ریزش بیش‌تری پیدا می‌کند. این امر چشم را هنگام برخاستن از خواب ناراحت و دلمه‌دار می‌کند. چشم را با حوله‌ای آغشته به آب گرم که روی چشم می‌گذارید با ملایمت پاک کنید. یک ساعت بعد دوباره چشم را بررسی کنید. اگر ترشح دلمه‌ای چشم اندک باشد، احتمالاً علت آزرده‌گی چشم عفونت ویروسی است.

ولی اگر ترشح زیاد چرکی یا رشته‌رشته شکل گرفته است، علت احتمالاً باکتریایی است. کونژکتیویت آزاردهنده است ولی نباید خیلی دردناک باشد. اگر درد زیادی وجود دارد باید به پزشک مراجعه کنید. از دستورات توصیه‌های خانگی (صفحه ۱۳۲) پیروی کنید تا بتوانید در خانه این مساله را حل کنید.

به یاد داشته باشید در فصل آلرژی (از بهار تا پاییز)، چشم قرمز خارش‌دار اغلب واکنشی آلرژیک است تا کونژکتیویت عفونی.

علایم ممکن در همه سنین:

نشانه‌های زیر در یک یا هر دو چشم قابل مشاهده است:

- ◀ قرمزی چشم
- ◀ تورم پلک
- ◀ خارش
- ◀ چشم دلمه‌دار یا چرکی
- ◀ احساس شن در چشم (احساس جسم خارجی در چشم)
- ◀ آبریزش زیاد
- ◀ احساس خراشیدگی یا سوزش
- ◀ احساس پری دور چشم‌ها
- ◀ ترس از نور (فتوفوبی)



کونژکتیویت / قرمزی چشم

از اینجا
شروع کنید

قرمزی چشم

برای تمام سنین



برای درد از استامینوفن،
بروفن یا آسپرین
استفاده کنید
(صفحه ۶۰ را ببینید)
و هم اکنون به بیمارستان
مراجعه کنید.

H

بله

- آیا قرمزی شدید یا تورم اطراف چشم وجود دارد؟ یا
- آیا درد اطراف چشم یا پشت چشم وجود دارد؟ یا با حرکات چشم درد ایجاد می‌شود؟ یا
- آیا تب دارید؟ (صفحه ۹۶ را ببینید) یا
- آیا در دید مشکل دارید؟ یا
- آیا کودک تازه متولد شده است؟ یا
- آیا به تازگی جراحی چشم انجام شده است؟ یا
- آیا از لنز تماسی استفاده می‌کنید؟ یا
- آیا نور درخشان چشم را می‌زند؟ یا
- آیا متوجه شده‌اید که دو مردمک هم‌اندازه نیستند؟

خیر

۶۰ دقیقه پس از تمیز کردن چشم با آب گرم و حوله، بررسی کنید:

آیا ترشح دلمه دار از چشم
دارید؟

آیا ترشح چرکی (کرمی) از
چشم دارید؟

به توصیه‌های خانگی (ب)
صفحه ۱۳۲ نگاه کنید.

به توصیه‌های خانگی (الف)
صفحه ۱۳۲ نگاه کنید.

از ابتدای این نمودار هر ۶ تا ۸ ساعت به ارزیابی وضعیت بپردازید.

بله

اگر پس از ۴۸ تا ۷۲ ساعت بهتر نشدید؛

به مرکز بهداشتی
درمانی مراجعه کنید.



کونژکتیویت / قرمزی چشم

برای تمام سنین

توصیه‌های خانگی

پیشنهاد های الف

۱. به پزشک مراجعه کنید. ممکن است برای شما قطره آنتی‌بیوتیکی تجویز شود. در چشم مبتلا ۲ قطره ۴ بار در روز بریزید. این درمان را ۷ روز ادامه دهید. اگر چشم پس از ۳ روز بهبود نیافت مجدد به پزشک مراجعه کنید.
۲. در صورت نیاز چشم را با حوله‌ای گرم و آب جوشیده ولرم شده تمیز کنید.
۳. حوله‌های گرم یا سرد را ۲۰ دقیقه روی چشم خود قرار دهید. این کار ناراحتی، فشار و تورم چشم را آرام می‌کند. ببینید سرما یا گرما بهبود بهتری برای تان ایجاد می‌کند، از همان استفاده کنید.
۴. از دود و دیگر چیزهایی که چشم را آزار می‌دهد، پرهیز کنید.
۵. از استفاده از لنزهای چشمی تا ۲ یا ۳ روز پس از بهبود قرمزی چشم خودداری کنید.

پیشنهاد های ب

۱. به پزشک مراجعه کنید ممکن است برای شما قطره‌های ضداحتقان تجویز شود. افراد مبتلا به بیماری شدید قلبی یا پرفشاری خونی که خوب تحت کنترل نیستند نباید از داروهای ضداحتقان استفاده کنند. برای اطلاعات بیش تر در مورد داروهای ضداحتقان به صفحه ۱۷۸ مراجعه کنید. برای انتخاب این داروها از دکتر چشم پزشک و داروساز کمک و راهنمایی بخواهید.
۲. در صورت نیاز چشم را با حوله‌ای گرم و آب جوشیده ولرم شده تمیز کنید.
۳. از دود و دیگر چیزهایی که چشم را آزار می‌دهد، پرهیز کنید.
۴. اگر خارش شدید دارید ممکن است آلرژی باعث مشکل چشم شما شده باشد. قرص‌های آنتی‌هیستامین یا قطره‌های حاوی آنتی‌هیستامین می‌تواند کمک‌کننده باشد. برای اطلاعات بیش تر در مورد این داروها به صفحه ۱۷۹ مراجعه کنید. برای انتخاب این داروها از چشم پزشک و دکتر داروساز کمک و راهنمایی بخواهید.
۵. از استفاده از لنزهای چشمی تا ۲ یا ۳ روز پس از بهبود قرمزی چشم خودداری کنید.