



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

جداشدگی پرده شبکیه

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **جداشدگی**

پرده شبکیه طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل، شام سوپ (غذای سبک) میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ قطره‌ها و داروهای شب قبل از عمل، توسط پرستار برای شما در فواصل مشخص استفاده می‌شود.
- ✓ مژه چشم، قبل از عمل باید کوتاه شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل باید، مثانه (ادرار) خود را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل باید زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را از خود دور کنید.
- ✓ باید کلیه لباس‌های خود (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل می‌شود.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه‌ها گردد، لذا ورزش‌های تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ عمل شما ممکن است تحت بیهوشی عمومی یا بیحسی موضعی انجام شود.

❖ تغذیه

- ✓ طبق دستور پزشک، رژیم مایعات را شروع کرده و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ اکثر بیماران بعد از این نوع جراحی طی یک تا دو روز اول دچار حالت تهوع و استفراغ می‌شوند، لذا دادن آب میوه‌های شیرین و غذای کم در این مدت توصیه می‌گردد.
- ✓ پس از شروع رژیم برای جلوگیری از یبوست و فشار بر بخیه‌ها باید مایعات فراوان و غذاهای پرفیبر (میوه‌ها) استفاده کنید.

❖ فعالیت

- ✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شوید و راه بروید (استراحت نسبی)
- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- ✓ پس از عمل از انجام فعالیت‌هایی که باعث افزایش فشار داخل چشم می‌شود مانند زورزدن اجتناب کنید.

❖ مراقبت

- ✓ گاهی لازم است پس از عمل جراحی به مدت ۲۴ الی ۴۸ ساعت هر دو چشم بسته باشد، در اینصورت چشم سالم فقط در مواقع بسیار ضروری باید بازگردد و در سایر مواقع هر دو چشم باید بسته باشد. این عمل به موفقیت عمل جراحی کمک خواهد نمود.
- ✓ اگر طی عمل جراحی داخل چشم، گاز تزریق شده باشد، باید در چند روز اول سرخود را در وضعیت خاصی قرار دهید. رعایت این وضعیت که با توجه به محل پارگی و نوع عمل انجام شده می‌باشد، توسط پزشک معالج تعیین می‌گردد و توسط پرستار برای شما توضیح داده می‌شود.
- ✓ اگر طی عمل جراحی داخل چشم روغن تزریق شده باشد، باید در چند روز اول پس از عمل بر روی شکم بخوابید و در صورتیکه وضعیت خوابیدن روی شکم را نمی‌توانید تحمل کنید باید در حالت نشسته و ایستاده صورت خود را رو به پایین قرار دهید.
- ✓ شستن صورت روز بعد از عمل جراحی پلامانع است.
- ✓ به تنهایی از تخت خارج نشده و تیم پرستاری را مطلع نمایید.
- ✓ در چند روز اول با کوچک‌ترین فشار، زخم ممکن است باز شود. بنابراین محافظ پلاستیکی را بخصوص هنگام خواب به چشم داشته باشید.
- ✓ بعد از چکاندن قطره حداقل یک دقیقه چشم‌ها را ببندید و از پلک زدن‌های شدید خودداری کنید.
- ✓ در صورت داشتن سرگیجه، تهوع و استفراغ اطلاع دهید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

❖ دارو

- ✓ داروها و قطره‌های چشمی طبق تجویز پزشک در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما استفاده می‌شود.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

جداشدگی پرده شبکیه

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ در روزهای اول بعد از عمل از مصرف مواد غذایی که منجر به ایجاد نفخ می‌شوند پرهیز کرده و جهت پیشگیری از یبوست از سبزیجات و میوه و سالاد و... استفاده کنید.

❖ فعالیت

✓ فعالیت‌های عادی زندگی که توام با فعالیت شدید جسمانی نباشد بلامانع است.

✓ در روزهای اول پس از عمل بیمار باید از صعود به ارتفاعات و پرواز با هواپیما خودداری کند.

❖ مراقبت

✓ بهترین دید حدود ۳-۴ ماه بعد از عمل جراحی حاصل خواهد شد، هرچه جداشدگی پرده شبکیه کوچک‌تر و از مرکز شبکیه دورتر باشد نتیجه جراحی بهتر خواهد بود.

✓ پس از جراحی، تا چندین روز چشم دردناک و حساس است .

✓ بخیه‌های چشم دو نوع می‌باشند: بخیه‌های عمقی، که دائمی بوده و برداشته نمی‌شوند و بخیه‌های سطحی، که اگر پس از ۲ تا ۳ هفته نیفتاده باشند توسط پزشک معالج برداشته می‌شوند.

✓ زمان حمام کردن را حتماً از پزشک خود سوال کنید. معمولاً اگر عمل جراحی با عارضه‌ای توام نباشد بعد از روز پنجم می‌توانید حمام کنید.

✓ اما می‌توانید از همان روز اول پس از عمل تمام بدن بجز سر و صورت را بشویید.

✓ مطالعه، تماشای تلویزیون و فعالیت‌های عادی زندگی به شرطی که نحوه صحیح قرارگرفتن سر، رعایت شود، مانعی ندارد.

✓ پس از عمل، مسافرت با اتومبیل و قطار بلامانع است. مسافرت با هواپیما در صورتی که گاز یا هوا در چشم باشد، باید با نظر پزشک معالج انجام شود.

✓ بعد از عمل، جهت محافظت از محل عمل و ضربه به چشم، از محافظ پلاستیکی (شیلد) به مدت ۲ تا ۳ هفته استفاده کنید. روزها می‌توانید از عینک و شب‌ها از شیلد استفاده نمایید. محافظ پلاستیکی قابل شستشو است. روزانه آن را با آب و صابون بشوئید و سپس روی چشم خود قرار دهید.

✓ هیچ‌گاه اطراف چشم را با پارچه‌های زبر یا دستمال کاغذی تمیز نکنید. زیرا این کار ممکن است باعث خراش قرنیه شود. برای پاک کردن چشم می‌توانید از پنبه تمیز استفاده کنید.

✓ تا هفته‌ها پس از عمل باید چشم را در مقابل فشارهای خارجی حفظ نمایید.

✓ در چند روز اول پس از عمل بعلت خراش قرنیه یا وجود گاز داخل چشم، بینایی کم است که پس از چند روز این مشکل برطرف خواهد شد.

✓ همچنین ممکن است پس از عمل، فرد نیاز به عینک پیدا کند یا شماره عینک قبلی وی تغییر نماید .

✓ نماز خواندن از روز عمل بلامانع است (سجده کردن نیز مانعی ندارد)

❖ دارو

✓ جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمایید.

✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) طبق دستور و تا اتمام کامل مصرف نمایید و از مصرف خودسرانه دارو خودداری کنید.

✓ در هر مراجعه داروها را با خود بیاورید یا نام آن‌ها را به خاطر بسپارید.

✓ بهتر است قطره توسط فرد دیگری در چشم شما چکانده شود.

✓ در هنگام چکاندن قطره نباید نوک قطره چکان با سطح قرنیه، مژه‌ها یا پلک تماس پیدا کند.

✓ در صورتیکه که بیش از یک نوع قطره استفاده می‌کنید قطره دوم حداقل ۵ دقیقه بعد از قطره اول ریخته شود .

✓ بعد از چکاندن قطره حداقل یک دقیقه چشم‌ها را ببندید و از پلک زدن‌های شدید خودداری کنید .

✓ دقت کنید برچسب روی قطره‌ها کنده نشود و هر قطره را پس از مصرف در جلد خود قرار دهید .

✓ سعی نمایید قطره باز شده را در حرارت عادی (۲۵ درجه سانتیگراد) نگهداری نمایید و حداکثر تا ۳ هفته پس از باز نمودن درپوش از آن استفاده کنید . از یخ زدگی دارو یا قراردادن آن در گرمای شدید جلوگیری کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

✓ در صورت بروز هر گونه نشانه عفونت (خونریزی، قرمزی، درد، تورم با تب) پس از جراحی و بدتر شدن وضعیت بینایی پس از اتمام دوره نقاهت و به محض ایجاد درد

دائمی چشم، قرمزی ، حساسیت به نور ، کاهش دید و ترشح چرکی از چشم فوراً به پزشک خود مراجعه کنید. در صورتی که به جراح خود دسترسی نداشتید به درمانگاه اورژانس چشم مراجعه کنید.