



تاریخ
۲۴
اسفند
۱۴۰۱
چهارشنبه

کمک های اولیه در آسیب های چشمی



اگر احساس کردید جسم خارجی در چشم فرو رفته؛

هرگز خودتان تلاشی برای خارج کردنش نکنید روی آن را پد محافظ یا یک لیوان کاغذی گذاشته و به دنبال کمک فوری متخصص باشید.

اقدامات فوری در زمان آسیب چشمی

دکتر علی مکاری



و ضد التهابی. این داروها خون را رقیق میکنند برای همین ممکن است خونریزی را افزایش دهد.

پس از آنکه چیزی به عنوان محافظ چشم قرار دادید، بلافاصله به پزشک مراجعه کنید.

در صورت وجود یک شی یا ذرات در چشم

چشم را مالش ندهید.

به آرامی پلک بالا را بلند کنید طوری که مژه چشم پایینی زیر پلک بالایی قرار بگیرد. چندین بار پلک زدن به کمک اشک چشم می تواند باعث خروج ذرات و اشیاء از چشم شود.

اگر ذره باقی بماند، چشم خود را بسته نگه دارید و به پزشکی مراجعه کنید.

در صورت سوختگی شیمیایی به چشم:

بلافاصله چشم را با مقدار زیادی آب تمیز کنید

بلافاصله به اورژانس پزشکی مراجعه کنید.

هنگام ضربه به چشم:

به آرامی یک کمپرس یخ را بر روی چشم قرار دهید به هیچ عنوان فشار وارد نکنید

اگر چشم سیاه، درد یا اختلال بینایی، حتی بعد از یک ضربه سبک رخ می‌دهد، بلافاصله با چشم‌پزشک و یا اتاق اورژانس تماس بگیرید. به یاد داشته باشید که حتی یک ضربه سبک می‌تواند باعث آسیب قابل‌توجه به چشم شود.

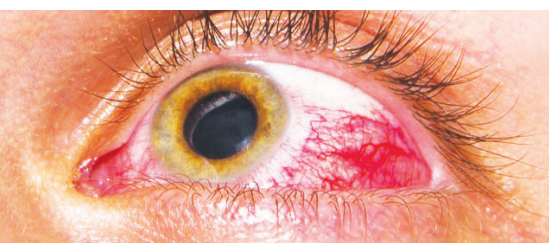
هنگام ورود ماسه یا ضایعات کوچک در چشم:

از eyewash برای بیرون کردن ذرات در چشم استفاده کنید.

چشم را فشار ندهید.

اگر ضایعات بیرون نیاید، چشم را ببندید و یک چشم‌پزشک را معاینه کنید و یا به نزدیک‌ترین اورژانس بروید.

انواع آسیب چشمی یا ترومای چشمی و راه‌های درمان آن



می توانند به کاهش درد کمک کنند. مشورت با پزشک متخصص بیماری‌های قرنیه و خارج چشمی میتواند به شما در درمان این مشکل کمک کند.

نفوذ اشیای خارجی در چشم

اگر حین حادثه چیزی داخل چشمتان رفت، خیلی زود به اورژانس مراجعه کرده و اصلا آن را نمالید و سعی نکنید آن شیء را از چشم تان خارج کنید. زیرا هرچه سعی و تلاش به خرج دهید فقط آسیب وارده به چشم تان را بیشتر خواهید کرد.

در اکثر موارد پزشک می تواند جسم خارجی را با بی حسی موضعی از چشم بیرون آورد. فقط در صورت امکان تا رسیدن به درمانگاه چشم خود را بسته نگه دارید.

ضربه به چشم

چشم های ورم کرده و کیود می تواند ناشی از ضربه های سنگین باشد، مانند برخورد توپ به چشم. بهترین راه درمان این نوع صدمات گذاشتن کیسه یخ روی محل آسیب دیده است. اما مراجعه به چشم پزشک را فراموش نکنید و برای اطمینان به صورت کامل معاینه شوید.

سوختگی شیمیایی چشم

موادی مثل اسیدها، قلیا ها و دیگر موارد ار گانیک شیمیایی مثل گازهای اشک آور می توانند باعث سوختگی شیمیایی چشم شوند. سوختگی های شیمیایی ممکن است بصورت آسیب نقطه‌ای به قرنیه، خونریزی زیر ملتحمه و یا سوختگی کامل قرنیه ظاهر شوند. اگر به سوختگی شیمیایی چشم گرفتار شدید، قبل از مراجعه به پزشک فورا چشم تان را با آب شستشو دهید. بعد از آن پزشک با ماده ای مخصوص آقدر چشم را شستشو می دهد تا PH آن به حالت نرمال برگردد.

هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت

از جنبه‌های مختلف

این شماره: آسیب های چشمی

صفحه
۶
شماره
۳۶۰۰
سال
یست و هشتم



کمک های اولیه ضربه و آسیب های مختلف به چشم



کرد، بلافاصله به متخصص بینایی مراجعه کنید.

خراش چشم

برای درمان خراش چشم باید فورا به متخصص چشم مراجعه کنید تا به درستی آن را مورد ارزیابی قرار دهد. ناراحتی جزئی چشم به خودی خود بهبود می یابد، اما تشخیص شدت آن دشوار است و می تواند منجر به مسئله ی جدی تر شود.

چشم را با محلول نمکی استریل شستشو دهید و پلک بزیند تا کمی تسکین یابد.

از مالیدن چشم اجتناب کنید زیرا باعث آسیب بدتر می شود.

اگر چشم خراشیده به نور حساس است چشم را ببندید یا از عینک آفتابی استفاده کنید.

سوختگی شیمیایی

سوختگی شیمیایی می تواند در اثر پاشیدن مستقیم ماده شیمیایی یا مالش ناخواسته چشم و انتقال ماده شیمیایی از دست به چشم ایجاد شود. اسیدها

به راحتی قابل شستشو هستند بنابراین ابتدا باید چشم را با محلول استریل چشم به مدت ۱۵ دقیقه شست و شو دهید و بلافاصله به چشم پزشک مراجعه کنید. هزاران ماده شیمیایی در محل کار استفاده می شود که

ارزیابی و درمان مناسب آن نیاز به آگاهی از نوع ماده شیمیایی دارد.
التهاب عنبیه

التهاب عنبیه یک بیماری جدی است و در اثر تماس با کره چشم یا ضربه ایجاد می‌شود و نیاز به ارزیابی و درمان فوری دارد. برای کاهش آسیب دائمی به چشم و در نتیجه کاهش بینایی، انجام اقدامات فوری لازم است.

خونریزی چشم

خونریزی چشم به عنوان خونریزی زیر ملتحمه شناخته می شود و در اثر آسیب دیدگی یا ضربه به چشم ایجاد می شود. خونریزی ممکن است به قسمت کوچکی از چشم محدود شود یا در کل چشم گسترش یابد و صدمه ای کاملا چشمگیر ایجاد کند. این وضعیت به طور معمول بدون درد است و هیچ خطر یا آسیب جدی یا از دست دادن بینایی ایجاد نمی کند. به طور معمول هیچ درمانی لازم نیست، اما مراجعه به متخصص بینایی برای اطمینان از عدم وجود مسئله توصیه می شود. در طول چند هفته چشم باید بهبود یابد و به حالت طبیعی بر گردد.

اقدامات کلی و مهم بعد از هر نوع آسیب چشمی

هرگز چشم خود را نمالید یا فشار ندهید.

سعی نکنید شی که در چشم گیر کرده است را به هر روش ممکن بردارید.

دارو یا پماد روی چشم نزنید ، مگر اینکه به طور خاص توسط پزشک برای درمان آسیب تجویز شده باشد.

بلافاصله پس از آسیب چشم به پزشک مراجعه کنید.

به یاد داشته باشید، همه بیمارستان ها خدمات فوری برای درمان آسیب چشم ارائه نمی دهند. اگر آسیب دیدگی شما شدید است باید به اورژانس مراجعه کنید، در صورت امکان با چشم پزشک تماس بگیرید و از آنها بخواهید بیمارستان مربوطه را توصیه کنند.

به بیمار بگویید چشم خود را نچرخانند.

بیمار چشم آسیب دیده را ببندد تا در آرامش بیشتری استراحت کند.

اگر آسیب دیدگی چشم به دلیل پاشیدن مواد شیمیایی باشد، بایستی چشم با مقدار زیادی آب شستشو داده شود.

برای جلوگیری از آسیب بیشتر چشم، به بیمار توصیه کنید از حرکت سر خودداری کند.

از چشم آسیب دیده محافظت کنید
چشم آسیب دیده را با یک پد تمیز یا پانسمان بپوشانید. اگر جسم خارجی بزرگی در چشم قرار گرفته است ، سعی نکنید آن را خارج کنید، بلکه برای جلوگیری از فشار، پد را در اطراف کاسه چشم قرار دهید و به بیمار توصیه کنید که چشم آسیب دیده را بسته نگه دارد.

کمک‌های اولیه هنگام ریختن مواد شیمیایی در چشم



کمک‌های اولیه هنگام ریختن مواد شیمیایی در چشم

سایت محب می نویسد: کمک‌های اولیه هنگام ریختن مواد شیمیایی در چشم به چه صورت است؟ در صورت واردشدن یک ماده شیمیایی مایع، پودری یا آئروسول به چشم خود، به‌سرعت این مراحل را انجام دهید:

چشم خود را با آب بشویید. حداقل ۱۵ دقیقه از آب خنک شیر استفاده کنید، در میان روش‌های زیر، سریع‌ترین روش را دنبال کنید:

زیر دوش بروید و پلک‌های چشم آسیب‌دیده یا چشمان خود را باز نگه دارید. هدف از این کار جاری‌شدن جریان ملایم آب روی پیشانی بالای چشم آسیب‌دیده است. در صورت آسیب‌دیدن هر دو چشم، جریان را روی برآمدگی بینی خود هدایت کنید.

سر خود را به سمت پایین بگیرید و آن را به یک طرف بچرخانید. سپس پلک چشم آسیب‌دیده خود را زیر شیر آب به‌آرامی باز نگه دارید. اگر به ایستگاه شست‌وشوی چشم دسترسی دارید، از آن استفاده کنید.

کودکان کوچک اگر در وان حمام دراز بکشند یا به عقب روی یک سینک خم شوند ممکن است برایشان بهتر باشد.

جریان ملایم آب را برای شسته‌شدن هر دو چشم روی پیشانی واقع در سمت چشم آسیب‌دیده یا روی برآمدگی بینی بریزید. پلک‌های آن‌ها را باز نگه دارید.

دستان خود را با آب و صابون بشویید. دستان خود را کاملاً بشویید و اطمینان حاصل کنید که صابون یا ماده شیمیای روی آن‌ها باقی نمانده است.

لنزهای تماسی را حذف کنید. اگر در حین شست‌وشو خارج نشدند، آن‌ها را بیرون بیاورید.

سلامت