



کاتاراکت یا آب مروارید



بستگی به وضعیت شبکیه ، سلامت عصب بینائی و سلامت سایر قسمت های چشم دارد که تدریجا کامل می شود.

۱۷) لنز داخل چشمی تطابق ندارد، بیمار بایستی موقع انجام کارهای نزدیک مثل مطالعه از عینک **منابع:** استفاده نمایند که حدود یک ماه پس از عمل تجویز می شود.

منابع غذایی توصیه شده مفید در بیماری آب مروارید:

منابع ویتامین C :

مرکبات مثل پرتقال و لیمو، کیوی ، فلفل دلمه، گوجه فرنگی، توت فرنگی، سیب زمینی وسبزیجات سبز و پر برگ.

منابع ویتامین A:

روغن کبد ماهی ، جگر، هویج.

منابع بیوفلاونوئیدها : مرکبات، انگور.

منابع ویتامین E:

تخمه آفتاب گردان، بادام ، فندق.

منابع سلنیوم : آجیل، غذاهای دریایی

۱۱) افزایش اشک ریزش بعداز عمل کاتاراکت طبیعی است. همینطور مقادیر کم ترشحات در هنگام بیدار شدن از خواب که باعث می شود مژه ها به هم بچسبند. این ترشحات را می توانید با دستمال تمیز پاک کنید.

۱۲) درد بعد از عمل را می توان با مصرف استامینوفن کاهش داد. در صورت از بین نرفتن درد به پزشک اطلاع دهید زیرا ممکن است به دلیل افزایش فشار داخل چشم باشد.

۱۳) کاهش ناگهانی بینائی را باید به پزشک اطلاع دهید.

۱۴) یک روز بعد از عمل جراحی باید برای معاینه به مطب مراجعه کنید و تا بهبود کامل لازم است که چندین بار معاینه شوید.

۱۵) دید شما بلافاصله بعد از عمل ممکن است کامل نباشد ولی به تدریج بهتر خواهد شد و بعد از یک ماه اگر لازم باشد، شماره عینکی برای کارهای دقیق تجویز خواهد شد.

۱۶) -توجه داشته باشید که کیفیت بینائی بعد از عمل

کاتاراکت چیست؟

اصولا هر گونه کدورت عدسی چشم را آب مروارید یا کاتاراکت می گویند

عدسی یا لنز داخل چشم، یک بافت پروتئینی فاقد رگ خونی و عصب می باشد که وظیفه اصلی آن شکست نور و کم و زیاد کردن نور وارد شده به داخل چشم، برای دیدن اشیا در فاصله های دور و نزدیک است.

چه عواملی در ایجاد آب مروارید موثرند؟

از جمله یکی از عوامل مهم و شایع در ایجاد آب مروارید افزایش سن می باشد. عوامل ایجاد کننده آب مروارید بعد از افزایش سن، به ترتیب وجود بیماری هایی مانند دیابت یا بیماری های روماتیسمی و همچنین برخی از بیماری های عفونی می باشد. غیر از عوامل یاد شده، ضربه ها چه به صورت نافذ و چه به صورت غیرنافذ، می توانند موجب ایجاد کاتاراکت شوند. ضمناً مصرف طولانی مدت بعضی از داروها (کورتن ها) نیز تاثیر بسزایی در ایجاد آب مروارید دارند.

این بیماری بیشتر در چه افرادی دیده می شود؟

آب مروارید در هر سنی و در تمامی افراد ممکن است بروز کند. حتی ممکن است یک نوزاد به طور مادرزادی، بیماری آب مروارید داشته باشد، ولی بیشتر در افراد بالای ۴۰ سال بروز می کند
مراقبت های بعد از عمل:

۱) پس از عمل جراحی به پشت بخوابید و از خوابیدن به سمت چپمی که عمل شده و یا به طرف شکم خودداری کنید.

۲) آرام باشید و از سرفه و عطسه کردن و زورزدن خودداری کنید.

۳) بلافاصله پس از عمل می توانید غذا بخورید. پرهیز غذایی خاصی ندارید و رژیم غذایی بخصوصی توصیه نمی شود.

۴) به طور معمول قطره چشمی پس از ترخیص توسط پزشک معالج داده میشود که باید طبق دستور استفاده کنید.

۵) در صورت تجویز از قرص استازولامید (برای پایین

آوردن فشار چشم) هر ۶ تا ۸ ساعت استفاده کنید

۶) در صورت احساس درد و ناراحتی، از قرص استامینوفن استفاده کنید.

۷) شب ها که به بستر می روید نیاز به ریختن قطره نیست .

۸) بین دو قطره حداقل ۵ الی ۱۰ دقیقه فاصله بگذارید .

۹) در موقع خوابیدن؛ روی چشم یک محافظ (شیلد) گذاشته شود و به وسیله چسب ضد حساسیت چسبانده شود.

۱۰) محافظ ۳ الی ۴ هفته پس از عمل جراحی هنگام خواب روی چشم شما باشد و در طول روز از عینک آفتابی استفاده کنید تا چشم شما کمتر اذیت شود زیرا چشم عمل شده نسبت به نور خورشید حساس است .