

## مراقبت‌های بعدی

در صورت قرمز شدن، سوزش یا اشک زیاد، از قطره‌های اشک مصنوعی استفاده کنید  
از مالش چشم یا قرار دادن لنز تماسی تا بهبودی خودداری کنید  
چشم را در محیط‌های گرد و غبار محافظت کنید

**اگر درد شدید، تاری دید یا ترشح غیرطبیعی ادامه دارد، فوراً به چشم‌پزشک مراجعه کنید.**

## علائم هشداردهنده

درد شدید یا مداوم  
تاری یا کاهش ناگهانی بینایی  
قرمزی شدید یا تورم پلک  
ترشح سبز یا زرد از چشم  
خونریزی یا زخمی شدن قرنیه

## شستشوی چشم

از محلول سالین استریل یا آب ولرم برای شستشوی چشم استفاده کنید  
سر خود را به سمت عقب خم کنید و چشم را باز نگاه دارید  
چند دقیقه چشم را با محلول شستشو دهید تا جسم شسته شود  
اگر جسم روی پلک بالا است، پلک را به آرامی به سمت پایین بکشید

## از فشار شدید یا تلاش برای برداشتن

**جسم با دست یا پنس خودداری کنید.**

## پیشگیری و مراقبت از چشم در

**صورت ورود جسم خارجی (پلیسه)  
(ویژه بیماران و مراقبین خانوادگی)**

## چرا مراقبت مهم است؟

وجود جسم خارجی در چشم می‌تواند باعث التهاب، خراش قرنیه و عفونت شود.  
اقدامات سریع و صحیح، از آسیب بیشتر و عوارض جدی جلوگیری می‌کند.

## مراحل اولیه مراقبت

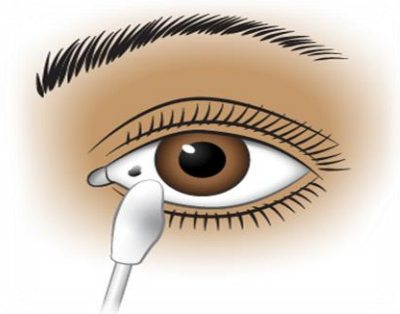
دست‌ها را کاملاً با آب و صابون بشویید قبل از تماس با چشم  
پلک‌ها و اطراف چشم را لمس نکنید مگر برای شستشو  
از مالش چشم خودداری کنید، چون ممکن است آسیب قرنیه ایجاد شود

## هرگز با ناخن یا ابزار تیز جسم را از

**چشم خارج نکنید.**



## نحوه پیشگیری و مراقبت از چشم در صورت ورود جسم خارجی



**تهیه و تنظیم:** خانم مبینا آساگلسرخی، کارشناس پرستاری  
خانم دکتر قاسمی، متخصص طب اورژانس  
**با مشارکت** دفتر آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۵

منبع: پرستاری برونر سوادرت

شماره تماس: ۱۴-۳۲۳۴۲۰۰۰

بیمارستان امام حسین (ع)

**کارهایی که نباید انجام شود:**

مالش یا فشار روی چشم

تلاش برای خارج کردن جسم با ناخن، پنبه یا سایر

وسایل غیر استریل

استفاده از قطره‌های غیر تجویزی یا محلول‌های

خانگی

**توصیه پایانی**

اقدام سریع با شستشوی چشم و رعایت بهداشت  
دستها، مهم‌ترین عامل پیشگیری از آسیب و عفونت  
است.

در صورت باقی ماندن جسم یا علائم شدید، سریعاً به  
چشم‌پزشک مراجعه کنید.