



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

بیمارستان شهید بهشتی قروه

آموزش به بیمار با موضوع : ناخنک



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی : آقای دکتر علی رضا یزدانی
(متخصص چشم)

سال ۱۴۰۱

زمان مراجعه بعدی به پزشک :

در صورت داشتن هر گونه علائم غیر طبیعی از قبیل اشک و ورم ، درد ، کبودی و ... به پزشک معالج مراجعه نمایید .

کتاب پرستاری - داخلی و جراحی برونزودوارث چشم و گوش



بازوی سلامتی و تندرستی

مراقبت های بعد از عمل جراحی :

- در معرض مستقیم نور آفتاب قرار نگیرد
- هوای سرد یا گرم به طور مستقیم با چشم در ارتباط نباشد
- سر خود را پایین نیندازد
- رژیم غذایی مایعات و پر فیبر جهت جلوگیری از یبوست
- عدم انجام مانور و السالوا

علائم هشدار : در صورت قرمزی شدید ، تاری دید ، درد های غیر قابل تحمل در ناحیه گیج گاهی ، خروج عفونت سفید رنگ از چشم سریعاً به پزشک مراجعه شود .

تغذیه :

مددجو باید از رژیم غذایی مایعات و پرفیبر استفاده کند پس از گذشتن ۳ - ۴ هفته می تواند رژیم غذایی خانواده را مصرف نماید .

بیماری ناخنک :

یک بافت اضافی دارای عروق در ناحیه سفیدی چشم در مجاورت قرنیه است. علت ناخنک اگر چه تا به حال کشف نشده اما نور آفتاب هوا خشک و گرم و گردوغبار عوامل موثر در ایجاد آن است

ناخنک چشم که با نام Pterygium شناخته می‌شود، ضایعه‌ای گوشتی است که از سمت بینی شروع شده و به سمت قرنیه چشم شروع به حرکت می‌کند. این بافت اضافی به تدریج روی سفیدی چشم را پوشانده و اگر به سیاهی و قرنیه چشم برسد می‌تواند مشکلاتی در بینایی مانند **تاری دید** و دوبینی ایجاد کند. اگر ناخنک در هر دو چشم بیمار رشد کند، ناخنک دوطرفه نامیده می‌شود. در بیشتر موارد، بیمار مشکل جدی نداشته و فقط این احساس را دارد که یک شیء اضافه و مزاحم در چشمش وجود دارد. اگر بیماری کنترل و مهار نشود، با تغییر شکل قرنیه‌ها از دایره‌ای به بیضوی، منجر به تاری دید و بروز بیماری آستیگماتیسم خواهد شد. این بافت اضافی و مزاحم ناشی از رشد بافت پیوندی و رگ‌های ملتحمه چشم است.

علائم :

در مراحل اولیه که ضایعه کوچک است و روی قرنیه را نگرفته عوارض خفیفی وجود دارد اما به تدریج با بزرگ شدن علائم قرمزی خارش و سوزش چشم را به دنبال دارد همچنین موجب تاری و کاهش دید می‌شود.

- *تاری دید و حتی دوبینی در صورت کشیده شدن بافت اضافی به داخل سیاهی و مردمک چشم
- *تورم زردرنگ روی ملتحمه
- *احساس وجود شیء خارجی در چشم که با مالش، فوت کردن و آب گرفتن از بین نمی‌رود
- *احساس سوزش در داخل چشم
- *احساس سوزن سوزن شدن چشم
- *وجود خارش در چشم
- *قرمز شدن چشم

درمان :

در مراحل اولیه قطره‌های چشمی ضد التهاب قرمزی و خارش را کمتر می‌کند. اما در صورتیکه قرنیه را درگیر کند نیاز به عمل جراحی دارد. مهم‌ترین عامل عود ناخنک عمل آن است براساس مطالعات انجام نشده برداشتن ناخنک سبب عود مجدد آن می‌شود.

پیشگیری از ناخنک چشم

پیشگیری از Pterygium شامل روش‌هایی است که منجر به رساندن آب کافی به چشم و جلوگیری از ورود مستقیم نور خورشید به داخل چشم می‌شود.

اگر در نواحی گرمسیر و استوایی زندگی می‌کنید، احتمالاً به مدت طولانی در معرض نور خورشید قرار خواهید گرفت، استفاده دائمی از عینک‌های آفتابی استاندارد که قادر به فیلتر کردن اشعه UV هستند بهترین گزینه برای شما خواهد بود استفاده از فیلترهای مخصوص برای شیشه جلوی اتومبیل در زمان رانندگی. فیلترهایی وجود دارند که اشعه ماورای بنفش نور خورشید را بازتاب می‌دهند، دقیقاً مانند تکنولوژی که در ساخت شیشه‌های عینک‌های طبی و آفتابی استفاده می‌شود از کلاه لبه‌دار استفاده کنید تا نور خورشید به صورت مستقیم وارد چشم شما نشود چشمان خود را با استفاده از قطره‌های اشک مصنوعی و قطره‌های استریل چشمی مرطوب نگه‌دارید