



- 1) هدف: کمک به بهبودی سریع تر، پیشگیری از عوارض، افزایش آگاهی بیمار و همراهان، حفظ سلامت چشم در ناحیه جراحی شده در دوره نقاهت
 - 2) دامنه کاربرد: بخش جراحی چشم
 - 3) تعاریف و اصطلاحات: ---
 - 4) مخاطبان و ذینفعان: بیماران و همراهان بخش جراحی چشم
 - 5) مراحل انجام کار:
 - کمپرس سرد اما با احتیاط برای 48 ساعت اول روی ناحیه اطراف چشم بگذارید زیرا به کم کردن ورم و کبودی کمک خواهد کرد.
 - توجه به بالا نگهداشتن سر به هنگام خواب و استراحت به صورت نیمه نشسته باشد، این کار فشار چشم و ورم را کم می کند
 - استفاده منظم و مرتب از داروها و پماد چشمی
 - به مدت یک هفته آب مستقیم روی زخم و بخیه ها نریزد.
 - از مالش چشم و فشار دادن چشم خودداری شود.
 - حداقل تا 2 هفته از آرایش کردن چشم خودداری شود.
 - از بلند کردن اجسام سنگین و فعالیت شدید بدنی و خم شدن به جلو خودداری کند.
 - از ورزش کردن سنگین حداقل به مدت 2 هفته خودداری شود.
 - از زور زدن و عطسه شدید خودداری گردیده و به هنگام عطسه زدن، دهان باز نگه داشته شود و از سرفه های شدید خودداری شود.
 - تغذیه مناسب را مد نظر قرار دهید: از غذاهای پرفیبر و آب زیاد و کم نمک استفاده کنید زیرا نمک خوردن ورم چشم را بیشتر می کند.
- یادآوری:
- روزهای اول بعد از عمل:
- تا چند روز اول ورم زیاد، کبودی دور چشم، احساس فشار یا کشیدگی، اشک ریزش یا کمی تاری دید طبیعی است نگران نباشید.
 - در صورت کاهش بینایی، درد شدید و مداوم، تب و لرز، خروج ترشح چرکی، تورم، خونریزی زیاد دو بینی جدید و شدید سریعاً به پزشک معالج و یا اورژانس مراجعه کنید.