



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: شیوه درمان لبه پلک ها

کد سند: NO-BK-۲۰۰



تهیه کننده:

سمیه مسجدی

تنظیم کننده: فرحناز نریمیا

سوپروایزر آموزش سلامت

۶. مراحل ۲ تا ۵ را روزی سه بار (صبح ، ظهر، شب) تکرار کنید.

۷. شب ها قبل از خواب لبه های پلک را با پماد اریترومايسين چرب کنید و مجددا صبح بعد از بیدار شدن با شامپو بچه و آب لبه های پلک را بشوئید.

۸. مدت درمان شما به روش فوق حداقل یک ماه می باشد که بسته به نظر پزشک (بسته به همکاری شما طی درمان و انجام دادن مراحل) اگر درست انجام شده باشد تا ۶ ماه قابل تمدید است.

منابع: پرستاری داخلی-جراحی برونر و سوارث ۲۰۱۸

۱. یک جفت جوراب نو یا شسته شده را پر از برنج خام و خشک کنید و در آن را ببندید. (در طی مراحل درمان نیاز به تعویض برنج نمی باشد).

۲. جوراب حاوی برنج را روی سماور یا شفاژ بگذارید تا دمایش به حدی برسد که داغ باشد. اما پوست را نسوزاند.

۳. این کیسه گرم را در حالی که آرام پلک ها را بسته اید روی لبه پلک ها بگذارید. (به مدت ۵ دقیقه) و آرام روی کیسه را فشار دهید تا گرما به پوست برسد. از طریق این گرما چربی های لبه پلک ها (مانند کره در تابه) ذوب می شود.

۴. پس از ۵ دقیقه حرارت، کیسه را بردارید. در حالی که با کشش کناره خارجی چشم ها به سمت گوش ها چشم تقریبا بسته است. با نوک انگشتان به صورت عمودی پلک بالا و پایین را ماساژ دهید. (پلک بالا از بالا به سمت لبه پلک ها و پلک پایین از پایین به سمت لبه پلک ها) با این کار، چربی های ذوب شده از داخلی پلک به لبه پلک تخلیه می شود. مدت ماساژ).

۵. سپس با مقداری شامپو بچه که کمی با آب گرم مخلوط شده باشد و کف داشته باشد، این چربی های تخلیه شده را از لبه پلک ها بشوئید.