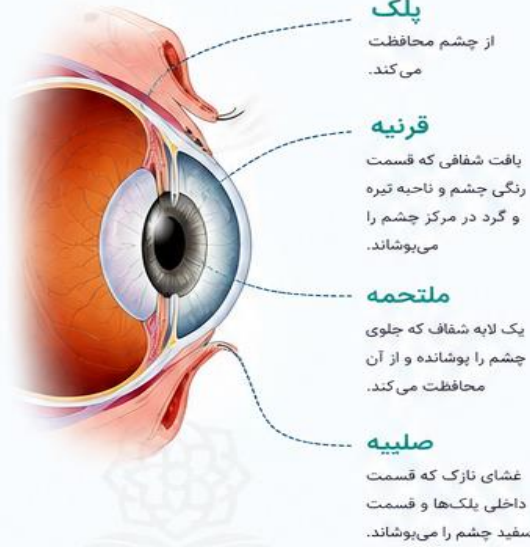




چشم از چه قسمت‌هایی تشکیل شده است؟

چشم در داخل قسمتی از مجامحه به نام «حفره چشم» قرار دارد. چشم دارای بخش‌های زیادی است. (شکل ۱). بخش‌هایی که به احتمال زیاد باعث درد در چشم می‌شوند عبارتند از:



پلک

از چشم محافظت می‌کند.

قرنیه

یافت شفاف که قسمت رنگی چشم و ناحیه تیره و گرد در مرکز چشم را می‌پوشاند.

ملتحمه

یک لایه شفاف که جلوی چشم را پوشانده و از آن محافظت می‌کند.

صلیبه

غشای نازک که قسمت داخلی پلک‌ها و قسمت سفید چشم را می‌پوشاند.

آسیب، جراحت یا بیماری به هر یک از این قسمت‌ها می‌تواند باعث مشکلاتی از جمله درد چشم شود.



شکل ۱: ساختار چشم

چه چیزی می‌تواند باعث درد چشم شود؟

بسیاری از عوامل می‌توانند باعث درد چشم شوند. مثال‌ها عبارتند از:

عفونت

ورم ملتحمه (چشم صورتی)، عفونت قرنیه (کراتیت) یا عفونت‌های عمیق‌تر در چشم.



التهاب

ناشی از عفونت یا سیستم ایمنی بدن.



سوزش

ناشی از گرد و غبار، شن یا سایر اجسام گیرنده در چشم.



آسیب

مانند خراش قرنیه.



خشکی یا خستگی چشم‌ها

وقتی چشم‌ها خشک یا خسته هستند یا به اندازه کافی اشک نمی‌سازند یا اشک‌ها خیلی سریع تبخیر می‌شوند.



برخی از انواع سردرد



تجمع فشار در چشم

اگر مایع داخل چشم به درستی تخلیه نشود، می‌تواند باعث تجمع فشار و درد چشم شود؛ مانند برخی از انواع گلوکوم یا پس از جراحی چشم.



این مشکل می‌تواند به عصب اصلی چشم آسیب برساند.



درد چشم چیست و چگونه درمان می‌شود؟

راهنمایی برای شناخت، پیشگیری و درمان درد چشم



علائم درد چشم چیست؟



درد چشم اغلب به صورت درد مبهم، ضریان‌دار یا تیز توصیف می‌شود و می‌تواند در یک یا هر دو چشم رخ دهد.

سایر علائم رایج همراه با درد چشم:

احساس سوزش یا گزش در چشم



تاری دید، حساسیت به نور یا مشکل در دیدن



سرخي



تورم



چشم‌ان آبکی



چه زمانی باید با پزشک تماس بگیریم؟



در صورت وجود موارد زیر با پزشک یا پرستار خود تماس بگیرید:

- بینایی شما تغییر می‌کند، یا دایره‌هایی دور نور می‌بینید.
- از چشمتان ترشح دارید.
- چشمتان بیشتر ورم می‌کند.
- در حرکت دادن طبیعی چشمتان مشکل دارید.
- تب ۳۸ درجه سانتی‌گراد (۱۰۰.۴) درجه فارنهایت یا بالاتر یا لرز دارید.
- درد چشمتان بدتر می‌شود.

تکته مهم



درد چشم را جدی بگیرید. تشخیص و درمان به‌موقع می‌تواند از بروز مشکلات جدی‌تر و آسیب به بینایی جلوگیری کند.

آیا به آزمایش نیاز خواهم داشت؟



شاید. پزشک شما با پرسیدن درباره علائم شما و انجام معاینه چشم شروع خواهد کرد. ممکن است به‌عنوان بخشی از معاینه، موارد زیر انجام شود:

بررسی بینایی و حرکت چشم شما.



نگاه کردن زیر پلک بالایی

برای بررسی گیرکردن جسم خارجی.



ریختن یک قطره رنگ زرد مخصوص در چشم برای بررسی خراش قرنیه.



بررسی جلوی و عقب چشم با ابزار بزرگنمایی مخصوص که چراغی روی آن قرار دارد.



اندازه‌گیری فشار داخل چشم با فشار دادن یا فوت کردن با ابزار مخصوص.



این معاینات به پزشک کمک می‌کند علت درد چشم را پیدا کرده و درمان مناسب را انتخاب کند.



درد چشم چگونه درمان می‌شود؟



درمان بستگی به علت درد چشم دارد. درمان‌های احتمالی شامل موارد زیر است:

قطره چشم، ژل یا پماد

برای مرطوب کردن و تسکین چشم.



داروهای موضعی (قطره یا پماد)

برای درمان عفونت یا التهاب، کاهش فشار یا کمک به قرمزی و تورم.



داروهای خوراکی (قرص)

برای عفونت‌های جدی‌تر، التهاب یا تجمع مایعات.



محافظ چشم یا چشم‌بند در برخی موارد.



من به تنهایی چه کاری می‌توانم انجام دهم؟



برای کمک به تسکین علائم، می‌توانید این موارد را امتحان کنید:

- به چشمتان خود استراحت دهید: مرتباً از صفحه نمایش، مطالعه و نور شدید فاصله بگیرید.



- چشم‌ها را مرطوب نگه دارید: بیشتر پلک بزنید یا از «آشک مصنوعی» استفاده کنید. از جریان مستقیم هوای سرد یا گرم دوری کنید.



- کمپرس سرد روی چشم بسته استفاده کنید.



- مسکن‌های بدون نسخه مانند استامینوفن، ایبوپروفن یا ناپروکسن در صورت نیاز استفاده کنید.



- دود تنباکو و هوای آلوده دوری کنید.



- اگر از لنز تماسی استفاده می‌کنید، تا زمان بهبود درد چشم: برای مدت کوتاهی استفاده از آن را متوقف کنید.
- لنزهای یکبار مصرف را دور بیندازید و از لنز جدید استفاده کنید.
- لنزهای غیر یکبار مصرف را با دقت تمیز کنید.

