



## \* جسم خارجی چیست؟

جسم خارجی هر ماده‌ی غیر طبیعی و یا شی‌ای است که به بدن (در این مورد، متعلق به چشم شما نیست) تعلق ندارد. جسم خارجی در چشم ممکن است شامل یک ذره گرد و غبار، تراشه چوب، تراشه‌ی فلز، قطعات چمن، حشره و یا یک قطعه شیشه باشد. اکثر اجسام خارجی زیر پلک و یا روی سطح چشم شناسایی می‌شوند. کسانی که بیشتر در معرض خطرند پیشه‌وران هستند مانند کارگران، هیزم شکن‌ها، باغبان‌ها، مکانیک‌ها، تراشکارها و جوشکارها.

## \* علائم آسیب چشم چه چیزهایی هستند؟

- "احساس" وجود چیزی در چشم
  - درد شدید در چشم شما، همراه با سوزش و التهاب
  - چشم آبکی و قرمز
  - احساس خارش هنگام پلک زدن
  - تاری دید یا کاهش بینایی
  - حساسیت بیشتری نسبت به چراغ‌های روشن.
- هنگامی که جسم خارجی برداشته شود، علائم آسیب بهتر می‌شوند.

اغلب صدمات، جزئی هستند و با درمان مناسب، بدون مشکل بهبود می‌یابند.

اگر جسم خارجی از چشم بیرون نیاید، می‌تواند باعث عفونت و زخم شود.

یک شی فلزی به اشک طبیعی چشم شما واکنش نشان می‌دهد و این می‌تواند باعث زنگ زدگی لبه‌های دور فلز شود. و به صورت یک نقطه تاریک در سفیدی چشم دیده می‌شود و می‌تواند باعث آسیب شود و بر دید شما تأثیر گذارد.

یک جسم خارجی ممکن است سطح چشم (پارگی یا خراش قرنیه) را خراش دهد. این می‌تواند با ضربه جزئی یک انگشت، کاغذ، شاخه‌ی کوچک یا سنگ اتفاق افتد. با درمان مناسب، بسیاری از خراشیدگی‌های قرنیه، حتی آنهایی که بزرگ هستند، ظرف 48 ساعت بهتر می‌شوند. گاهی اوقات ممکن است خراش بهبود نیابد. یک زخم (یک نقص در سطح چشم) ممکن است ایجاد شود، که می‌تواند بینایی را تحت تأثیر قرار دهد.

همچنین ممکن است "سفیدی" چشم شما (خونریزی ملتحمه چشم) خونریزی کند و قرمز شود. اغلب این بی‌ضرر است و

بدون درمان از بین می‌رود، اما اگر تحت تأثیر ضربه‌ی خفیفی در چشم ایجاد شود، باید بررسی بیشتری انجام شود. شیشی که به چشم و کره چشم وارد می‌شود می‌تواند باعث آسیب جدی و حتی کوری شود.

## \* تشخیص و درمان

پزشک یا پرستار، دید شما را چک می‌کنند و هر جسم خارجی به آرامی برداشته می‌شود. چشم شما ممکن است در سالین (آب نمک استریل) شسته شود تا هرگونه گرد و غبار بیرون بیاید. گاهی اوقات عکس مخصوص مورد نیاز است تا ببینید آیا شیشی وارد کره چشم شده است یا نه.

پزشک یا پرستار ممکن است یک پوشش روی چشم شما بگذارند، که اجازه دهد چشم استراحت کند و هرگونه خراش درمان شود. زمانی که شما به خانه می‌رسید توصیه می‌شود پوشش را بردارید.

چنانچه چشم شما درد می‌کند داروهای مسکن مانند استامینافن، ممکن است مفید باشد. چنانچه سؤال یا نگرانی دارید با پزشک داروساز مشورت کنید.

## \* مراقبت در منزل



### \* در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک یا اورژانس

#### مراجعه کنید

- درد شما و خیس بودن چشم 24 ساعت پس از خارج کردن جسم زیاد شده است.
- دید شما 24 ساعت پس از خروج جسم بدتر شده است. (مانند "نقطه ی کور" یا تیرگی)  
شما به هر دلیل دیگری نگران هستید.

• ممکن است زمانیکه به خانه می رسید احساس ناراحتی در چشم خود کنید. مسکن هایی مانند استامینوفن را استفاده کنید.

▪ اگر شما دوباره چیزی در چشم خود احساس کردید، چشم خود را با آب و یا آب نمک بشویید. سعی نکنید خودتان جسم خارجی را بیرون بیاورید. مستقیم نزد پزشک یا نزدیکترین بخش اورژانس بیمارستان برای کمک رسانی بروید.

▪ ممکن است پزشک بخواهد دوباره شما را ببیند، یا ممکن است شما را نزد پزشک محلی خود و یا یک چشم پزشک (متخصص چشم) بفرستند تا چک کند بینایی شما خوب است یا نه. نباید این قرار ملاقات را از دست بدهید. حتی اگر احساس بهتری میکنید، ممکن است چشم شما هنوز به طور کامل بهبود نیافته باشد. لازم است پیگیری کنید تا مطمئن شوید درمان مؤثر است. اگر هر گونه مشکل جدی وجود داشته باشد شما نزد یک چشم پزشک (پزشک متخصص چشم) فرستاده می شوید.

• با پوشش چشم خود رانندگی نکنید زیرا تشخیص فاصله درست دشوار می شود و کار خطرناکی است.

• از کار با ماشین آلات اجتناب کنید.

• ممکن است به شما توصیه شود از قطره آنتی بیوتیک و یا پماد برای جلوگیری و یا توقف عفونت استفاده کنید. توصیه ی پزشک خود را در مورد اینکه اغلب چگونه از آنها استفاده کنید دنبال کنید.

• دستان خود را قبل از استفاده از قطره یا پماد برای چشم، بشویید.

• برای استفاده از قطره یا پماد، انگشت خود را روی گونه قرار دهید و پلک پایین را بکشید پایین. سر خود را به عقب کج کنید و مایع را در چشم بچکانید. مقدار کمی پماد بر لبه ی داخلی چشم بمالید. مطمئن شوید که سر لوله با چشم تماس پیدا نمی کند.

• لازم است درمان را تا زمانی که چشم بهتر می شود ادامه دهید.

• کل قطره ها و پمادها را دور از دسترس کودکان در یخچال نگه دارید. بعضی از قطره ها حاوی موادی است که به لنزهای تماسی آسیب می رساند. از لنزهای تماسی استفاده نکنید تا زمانیکه درمان چشم شما به پایان برسد.