



## راهنمای خودمراقبتی کونژنکتیویت



کد محتوا: ۱۳

تهیه و تنظیم:

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری ۱۴۰۳

شماره تلفن بیمارستان ۳۷۲۲۳۰۵۶

داخلی واحد آموزش ۲۰۳

## کونژنکتیویت ناشی از آلرژی:

عامل آلرژی را شناسایی کنید و نوزاد را از آن دور نگه دارید. اگر چشمان نوزاد او را اذیت می‌کند، کمپرس سرد می‌تواند کونژنکتیویت ناشی از آلرژی را تسکین دهد.

## کونژنکتیویت شیمیایی:

با توجه به اینکه این بیماری به خاطر تحریک شیمیایی ایجاد می‌شود معمولاً نیازی به درمان ندارد و طی ۲۴ تا ۳۶ ساعت بهتر می‌شود.

## آیا کونژنکتیویت مسری است؟

گفته می‌شود کونژنکتیویت ناشی از ویروس و باکتری هر دو مسری هستند. برای جلوگیری از پخش شدن عامل‌های این بیماری، برای مراقبت از چشمان نوزاد خود، دستان خود را بشویید، لباس‌ها، رختخواب، حوله و پتوی نوزاد خود را از لباس‌ها و وسایل دیگران جدا کنید و آن‌ها را مرتب شستشو دهید.

علت/نوع	زمان شروع
شیمیایی	0-2 روز
گنوکک	2-7 روز
کلامیدیا	3-10 روز
باکتری‌های دیگر	7-4 روز
ویروس هرپس سیمپلکس	3-14 روز
عدم رشد و کامل مجرای اشکی	از بدو تولد معمولاً تا یکسالگی

## پیشگیری:

پیشگیری و درمان عفونت‌های دوران بارداری سزارین در مواردی که مادر عفونت فعال در زمان زایمان دارد (بخصوص نوع ویروس هرپس سیمپلکس)

## کونژنکتیویت باکتریایی:

اگر باکتری دلیل کونژنکتیویت چشم نوزاد است، پزشک پماد آنتی بیوتیک یا قطره آن را برای چشمان نوزاد به مدت ۷ روز تجویز می‌کند. احتمالاً استفاده از پمادها برایتان راحت‌تر از استفاده از قطره‌ها است:

برای استفاده از پماد دست‌هایتان را بشویید و سپس به آرامی پلک کودک را به پایین بکشید و یک لایه نازک از پماد را در طول پلک بمالید. (زمانی که پماد را فشار دهید پماد به آرامی خارج می‌شود). زمانی که نوزاد چشمانش را باز و بسته می‌کند، پماد به داخل چشم نفوذ می‌کند.

اگر از قطره استفاده می‌کنید؛ آن را به داخل گوشه‌ای از چشم نوزاد بچکانید. این کار ممکن است زمانی که چشمان نوزاد بسته است، راحت‌تر باشد و زمانی که نوزاد چشمانش را باز می‌کند؛ دارو وارد چشم او می‌شود.

## نکات بسیار مهم درباره مصرف پماد و قطره!

چشمان کودک خود را قبل و بعد از استفاده از دارو، بشویید. هرگز از داروهای باز شده قبلی و یا قدیمی استفاده نکنید. داروهای قدیمی استریل نیستند و می‌توانند عفونت را بدتر کنند. اطمینان حاصل کنید که دوره درمان آنتی بیوتیک‌ها را کامل کنید، حتی زمانی که علائم بیماری از بین رفته‌اند؛ در غیر اینصورت عفونت باز می‌گردد.

پزشک احتمالاً به شما توصیه می‌کند که چشم‌های نوزاد را با آب گرم بشویید و مواد ترشحاتی را از آن پاک کنید و سپس آن را خشک کنید زیرا این مواد مایع آلوده می‌تواند اثر آنتی‌بیوتیک‌ها را کمتر کند. شستن دست‌ها قبل و بعد از مراقبت از چشم‌های نوزاد توصیه اکید می‌باشد.

## کونژنکتیویت:

هر گونه عفونت ملتحمه در نوزاد تازه متولد شده (اغلب در ماه اول پس از تولد) را کونژنکتیویت نوزادی گویند.

التهاب ملتحمه یا کونژنکتیویت التهاب بسیار رایج و قابل درمان است که پلک چشم‌ها و سفیدی درون چشم را درگیر می‌کند. وقتی این بیماری ایجاد می‌شود رگ‌های خونی در چشم نمایان می‌شود و چشم‌ها صورتی یا قرمز می‌شوند. التهاب می‌تواند به علت عفونت، آلرژی یا حساسیت‌های دیگری ایجاد شود. عوامل باکتریایی و ویروسی در این بیماری بسیار مسری هستند.

### علائم کونژنکتیویت در نوزادان چیست؟

نوزادان مبتلا به کونژنکتیویت در طول یک روز تا دو هفته پس از تولد ترشح از چشم دارند. پلک‌های آنان پف کرده، قرمز و حساس به لمس می‌شود. از آنجایی که سیستم ایمنی بدن نوزاد در حال مبارزه با این عفونت می‌باشد، باعث قرمزی چشم نوزاد شده و ترشحات از آن سرازیر می‌شود. این عفونت‌ها باید درمان شود چرا که لازم است تا از گسترش میکروب‌ها و عوارض عفونت چشم و پلک و اطراف آن جلوگیری شود.

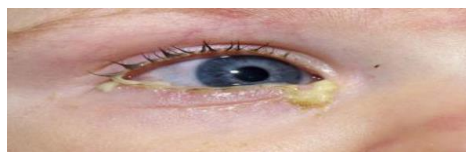
### علت بیماری کونژنکتیویت چیست؟

**۱- ویروس:** اگر نوزاد شما مبتلا به کونژنکتیویت باشد و علائم سرماخوردگی را داشته باشد، به احتمال زیاد به علت عفونت ویروسی است. ویروس‌ها شایع‌ترین علت بیماری کونژنکتیویت چشمه‌ها هستند.

**2- باکتری‌ها:** اگر چشمان نوزاد شما ماده‌ای زردرنگ ترشح کرد که باعث می‌شود پلک‌ها متورم و ضخیم شود، باکتری‌هایی مانند استافیلوکوکوس، استرپتوکوکوس و یا هموفیلوس باعث آن شده اند. نوعی از کونژنکتیویت باکتریایی وجود دارد که در نوزادان تازه متولد شده در طول زایمان ایجاد می‌شود.

**- کونژنکتیویت کلامیدیایی:** کلامیدیا (تراکوماتیس)، رایج ترین علت عفونت ملتحمه نوزادان است اگر درمان نشود میتواند مزمن شود.

**- کونژنکتیویت گنوکوکی:** یکی از کونژنکتیویت‌های خطرناک است که در صورت تشخیص بایستی نوزاد بستری و درمان شود و معمولاً علامتی از سایر عفونت‌های سیستمیک است.



**3- آلرژی:** واکنش‌های آلرژیک در کودکان زیر یک سال نادر است، اما اگر چشمان نوزاد خارش، تورم، قرمزی و اشک ریزی داشت و آبریزش بینی هم داشت ممکن است علت آن واکنش‌های آلرژیک به گرد و غبار، گرده یا دود باشد.

### ۴- کونژنکتیویت شیمیایی:

وقتی قطره‌های چشمی برای پیشگیری از عفونت‌های باکتریایی به نوزادان داده می‌شود، چشمان نوزاد می‌تواند دچار سوزش و تحریک پذیری شود به این حالت که با قرمزی خفیف چشم‌ها و مقداری ورم در پلک‌ها همراه است کونژنکتیویت شیمیایی گویند.

**۵- مجاری اشکی مسدود شده:** حداقل ۲۰ درصد از نوزادانی که تازه متولد می‌شوند، مجاری اشکی هر دو چشم یا یکی از چشمانشان بسته است یا تا حدی مسدود است. بسته شدن مجاری اشکی می‌تواند منجر به پیدایش علائم کونژنکتیویت مانند ایجاد ترشحات زرد یا سفیدرنگ شود. در این شرایط ماساژ کانال و مجرای اشکی در اکثر موارد انسداد را معمولاً تا یکسالگی رفع می‌نماید در صورت ادامه آبریزش بالای یکسالگی نیاز به مراجعه به چشم‌پزشک می‌باشد.

### چگونه کونژنکتیویت درمان می‌شود؟

کونژنکتیویت باید درمان شود چرا که می‌تواند نشانه یک عفونت جدی در نوزادان باشد که نباید نادیده گرفت. درمان کونژنکتیویت بستگی به نوع آن دارد:

#### • کونژنکتیویت ویروسی

کونژنکتیویت که بوسیله ویروس ایجاد می‌شود، معمولاً پس از یک هفته یا کمی بیشتر خود به خود خوب می‌شود. در این حالت پزشک به شما توصیه می‌کند چشم‌های کودک را با آب گرم بشویید و سپس آن را خشک کنید. اگر بعد از دو هفته چشمان کودک بهبود نیافت، مجدداً به پزشک مراجعه کنید.

یک کمپرس آب گرم می‌تواند آرامبخش باشد. به راحتی یک پارچه نرم را با آب گرم بشویید و مثلاً زمانی که به کودک شیر می‌دهید آن را بر روی چشم یا چشمان کودک قرار دهید.

کونژنکتیویت ویروسی نوزاد تازه متولد شده اکثراً با درگیری قرنیه همراه است (ویروس هرپس سیمپلکس) و بایستی سریعاً درمان شود.