



مشکلات چشمی در بزرگسالان

انواع مختلف مشکلات چشمی وجود دارند.
علامت زیر معمولاً بی خطر بوده و خود به خود برطرف می‌شوند:

شما مبتلا به خشکی چشم هستید.

خشکی چشم ممکن است به خصوص با احساس وجود جسم خارجی در چشم، سوزش چشم یا قرمز شدن ملتحمه چشم احساس شوند.

در مورد خشکی چشم شما شخصاً چه کار می‌توانید بکنید؟

- چشمان خود را تمیز نگه دارید.
- در هنگام کار کردن با رایانه وقفه‌هایی ایجاد کنید تا چشمان شما استراحت کنند.
- رطوبت هوا را در اتاق‌ها افزایش دهید (به طور مثال به وسیله دستگاه مرطوب کننده هوا).
- به میزان کافی بخوابید.
- از استفاده از لنزهای تماسی خودداری کنید و برای تسکین چشمان خود عینک بزنید.
- از فضاهای دود آلود، خشک، پر گرد و غبار و تهویه مطبوع شده خودداری کنید.
- از استعمال دخانیات خودداری کنید و بیش از حد مشروبات الکلی استفاده نکنید.

شما مبتلا به آبریزش چشم هستید.

عوامل معمول ایجاد آبریزش چشم به خصوص فضاهای دود آلود، تاثیرات زیست محیطی (به طور مثال سرما، باد)، آسیب چشمی، جسم خارجی در چشم (به طور مثال مژه)، حساسیت‌ها یا خشکی چشم هستند. در صورتی که آبریزش چشم هیچ مشکلی برای شما ایجاد نمی‌کند، درمان اغلب ضروری نیست.

چه زمانی باید مشاوره پزشکی درخواست شود؟

- در موارد زیر به پزشک عمومی خود مراجعه کنید:
- خشکی چشم شما را از فعالیت‌های روزمره باز می‌دارد یا به شما لطمه می‌زند.
 - قدرت بینایی شما تغییر کرده است (به طور مثال از دست دادن بینایی).
 - در اطراف چشم شما غده‌ها یا ورم‌هایی وجود دارد.
 - چشمان شما ملتهب است یا درد می‌کند.
 - پلک شما به سمت داخل می‌چرخد یا از چشم شما آویزان می‌شود.

→ ادامه در پشت صفحه!

**GESUND
WERDEN.
Wo bin ich
richtig?**



مطب پزشک خانواده شما در حال حاضر تعطیل شده است؟
معمولاً در صورتی که در روز بعدی فعالیت مطب تماس بگیرید، کفایت می‌کند.

**مردد هستید؟ پس با شماره ۱۴۵۰،
مشاوره بهداشت تلفنی تماس بگیرید.**

اطلاعات بیشتر را در www.wobinichrichtig.at می‌یابید.

شما مبتلا به قرمزی چشم هستید.

در صورتی که چشم شما درد نمی‌کند و قدرت بینایی شما تغییر نکرده است، در این صورت قرمزی چشم معمولاً بی خطر بوده و ظرف مدت چند روز خود به خود برطرف می‌شود.

در مورد قرمزی چشم شما شخصاً چه کار می‌توانید بکنید؟

- از لنزهای تماسی استفاده نکنید.
- چشمان خود را نمالید.

چه زمانی باید مشاوره پزشکی درخواست شود؟

در موارد زیر به یک پزشک خانواده مراجعه کنید:

- چشم شما پس از چند روز هنوز قرمز است.
- فوراً به پزشک خانواده خود مراجعه کنید:
- چشم شما قرمز است و درد می‌کند.
- شما مبتلا به قرمزی چشم هستید و از لنزهای تماسی استفاده می‌کنید.

چه زمانی باید فوراً مشاوره پزشکی درخواست شود؟

در صورتی باید فوراً کمک پزشکی درخواست کنید که مبتلا به قرمزی چشم هستید و:

- تغییراتی در قدرت بینایی خود احساس می‌کنید (به طور مثال خطوط موج، چشمک زدن، از دست دادن بینایی)
- به نور حساسیت دارید
- رنگ چشم قرمز خیلی پر رنگ است
- سردردهای شدید دارید و احساس بیماری می‌کنید
- چشم شما آسیب دیده است یا چیزی به داخل چشم شما رفته است (به طور مثال یک تکه شیشه)

**GESUND
WERDEN.
Wo bin ich
richtig?**



مطب پزشک خانواده شما در حال حاضر تعطیل شده است؟
معمولاً در صورتی که در روز بعدی فعالیت مطب تماس بگیرید، کفایت می‌کند.

مردد هستید؟ پس با شماره ۱۴۵۰،
مشاوره بهداشت تلفنی تماس بگیرید.

اطلاعات بیشتر را در www.wobinichrichtig.at می‌یابید.