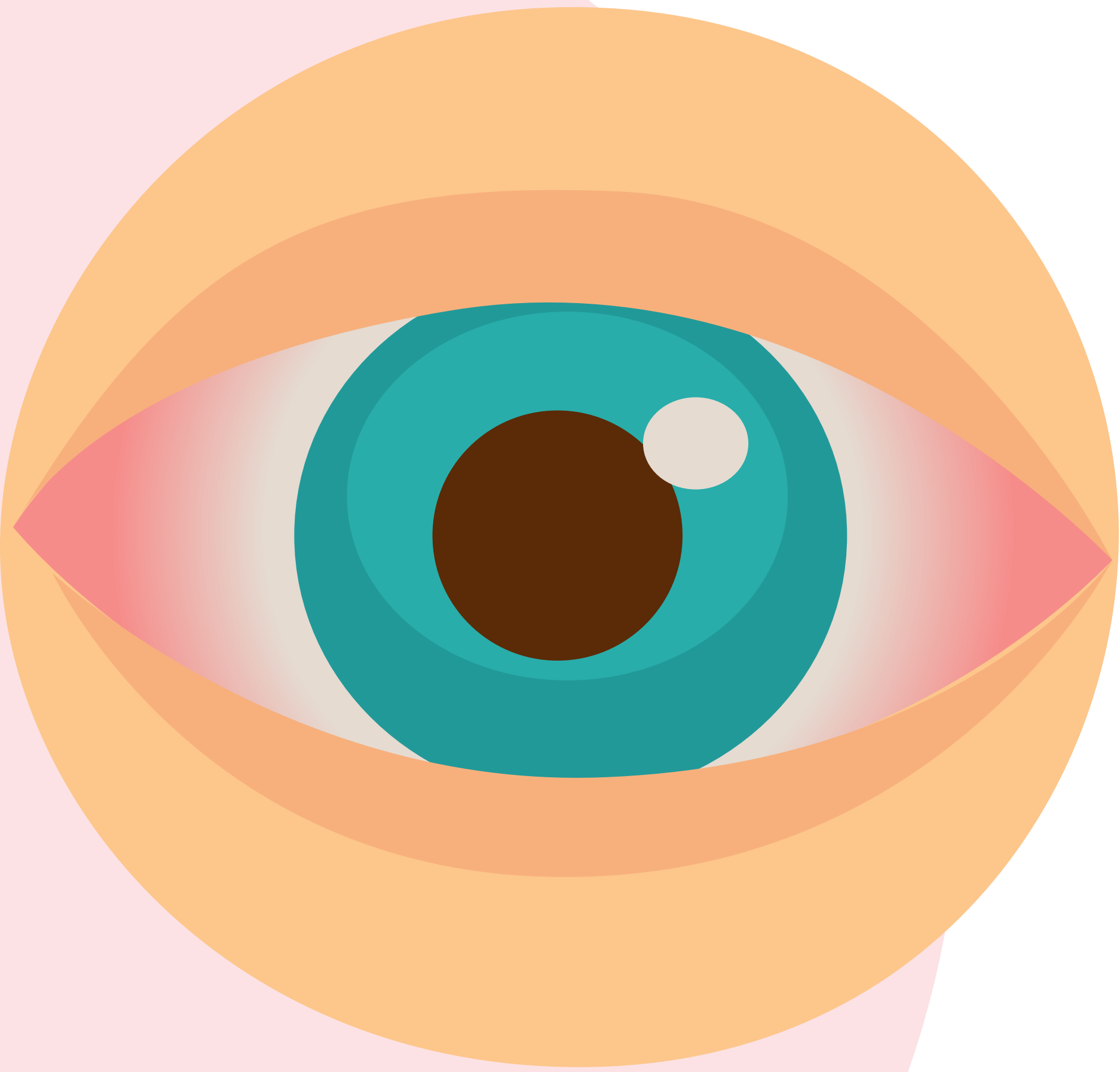
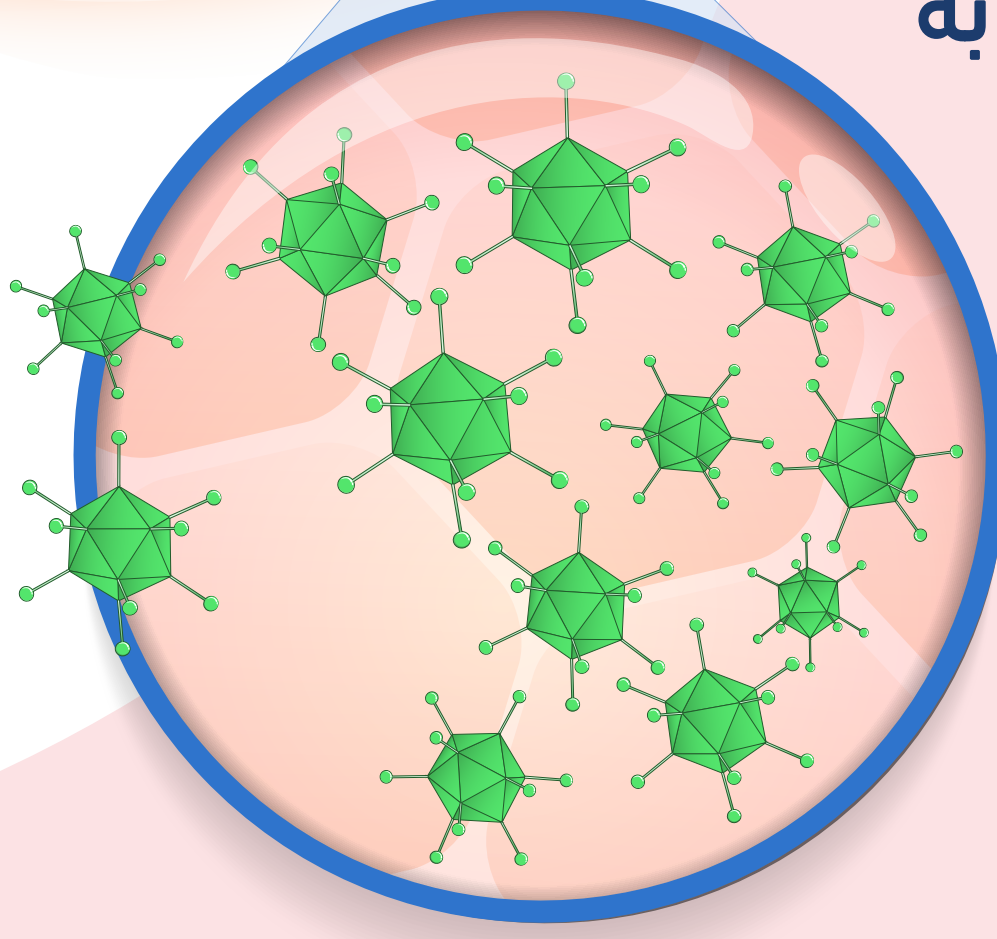
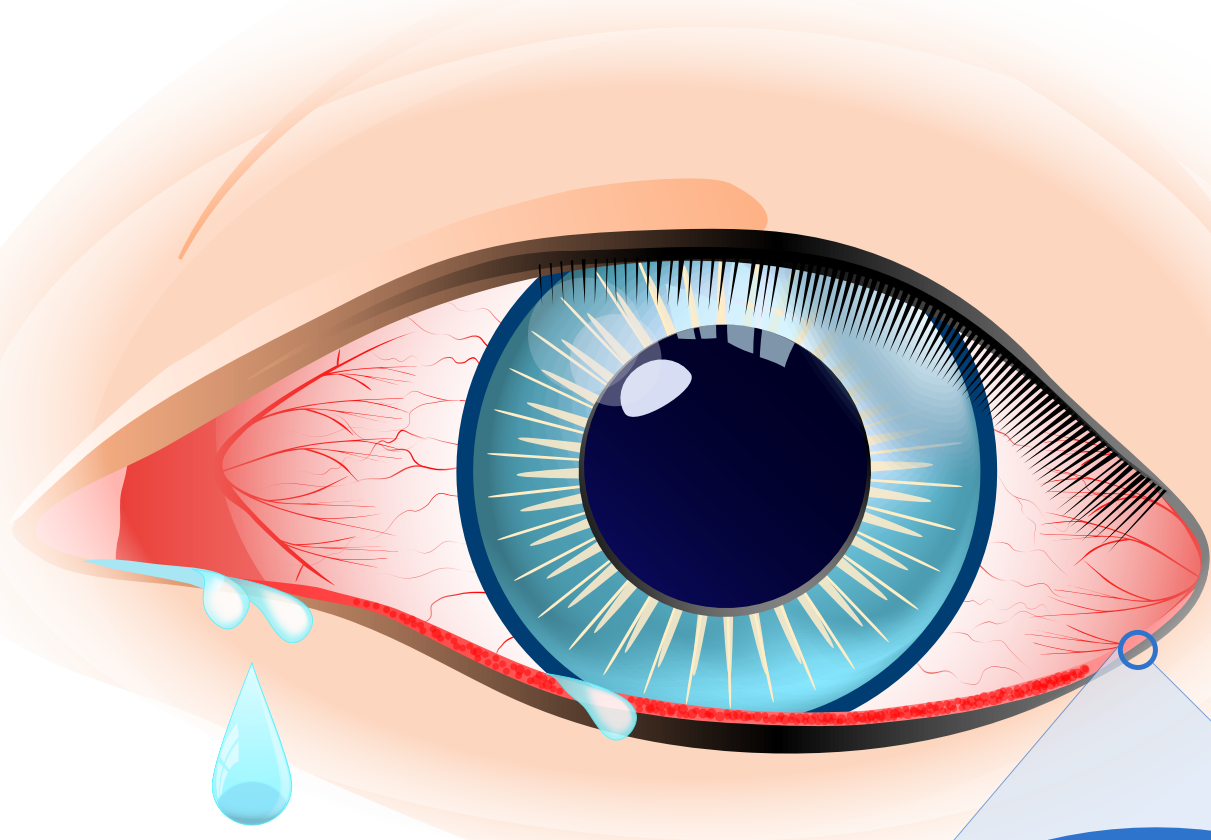


التعاب الملتحة





هو التهاب يصيب الغشاء
المبطن للعين، والذي يعرف
بـ "الملتحمة" وقد يصيب
إحدى العينين أو كليهما
وهو سريع الانتشار
والعدوى وسهل العلاج،
ويصيب الأفراد بمختلف
الأعمار، كما تزداد الإصابة
به في الأماكن المزدحمة.

ماهي أعراضه؟

من أهم الأعراض التي قد تصيب العين:

- الاحمرار وتورم الملتحمة.
- ألم مع الإحساس بحكة لوجود جسم داخل العين.
- وجود إفرازات تصاحبها كثرة الدموع.
- التحسس من الضوء.
- صعوبة فتح العينين عند الاستيقاظ من النوم؛ لظهور غشاء يشبه القشرة على سطح العين نتيجة للإفرازات الناجمة أثناء الليل.

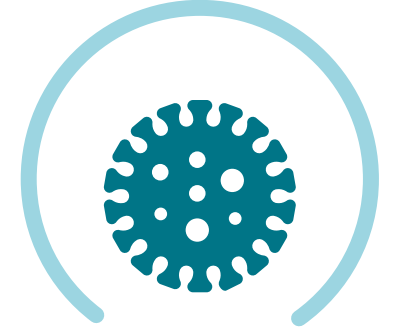
يجب زيارة الطبيب عند ظهور أي من هذه العلامات؛ وذلك
لتشخيص سبب الالتهاب؛ حتى يتم الحد من انتقال العدوى
للمحيط القريب، فهو يبقى معدياً حتى أسبوعين من بداية
ظهور الأعراض.

ماهي أسبابه؟

تتنوع أسبابه، و منها:

فيروسات

تسبب في عدوى فيروسية ، تصاحبها عادة إفرازات شفافة من العين، تظهر أحيانا بعد عدوى في مجرى التنفس العلوي.



بكتيريا

تتسبب في عدوى جرثومية، وهي مسبب شائع لاسيما في الأطفال بشكل خاص، وتظهر عند البالغين، تصاحبها إفرازات لزجة نسبياً ذات لون أصفر مخضر، و عادة ما ترتبط بعدوى سابقة في الجهاز التنفسي العلوي.



عوامل خارجية

- قد يتسبب دخول جسم غريب أو مواد كيميائية مختلفة لداخل العين بالتهاب في العين، وغالبًا ما يتلاشى سريعًا، ولا يتجاوز 24 ساعة بعد تخلص العين من هذا العامل الخارجي.
- استخدام العدسات اللاصقة بطريقة غير آمنة.



ماهي طرق انتقاله؟

- ينتقل من الجهاز التنفسي عن طريق السعال أو العطاس.
- مصافحة شخص مصاب بالمرض.
- ملامسة الأسطح الملوثة بمسببات المرض.
- فرك العين بيد ملوثة.
- الاستخدام المشترك للأغراض الشخصية كالمناشف.

ماهي مضاعفاته؟

أن يتفشى الالتهاب ليصل إلى القرنية، و بالتالي يؤدي إلى عدم وضوح الرؤية؛ ولذا فإن من شأن العلاج والتشخيص المبكر الحد من خطر المضاعفات.

كيف يتم تشخيصه؟

يتم تشخيص التهاب المُلْتَحِمة من قبل الطبيب بدراسة الأعراض والتاريخ المرضي، ومن ثم استثناء الأمراض الأخرى، ويمكن أخذ عينة من إفرازات العين من أجل تشخيص المُلَوِّث بدقة أكبر لتقديم علاج أفضل.



كيف يمكن الوقاية منه؟

تتم الوقاية منه خلال:



تجنب مشاركة الأدوات
الشخصية كالمناشف.



تجنب فرك العين
بدون غسل اليدين.

و في حال الإصابة يوصى لتجنب
انتقال العدوى للآخرين:



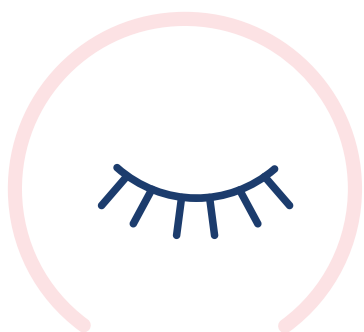
تغيير المناشف
وأغطية الوسائد
بانتظام.



غسل اليدين
في أوقات
مقاربة.



تجنب ملامسة
اليدين للعينين.



استبدال مستحضرات
التجميل المستخدمة
لمنطقة العينين كالماسكرا.



عدم مشاركة الآخرين
في الأغراض الشخصية
كالمناشف.



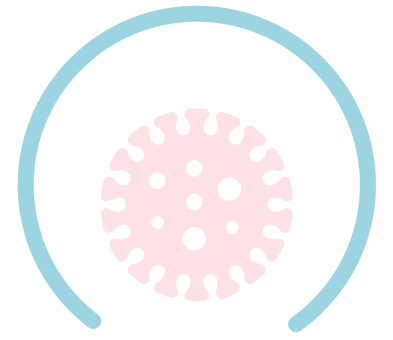
يوجد نوع شائع لالتهاب العين لدى حديثي الولادة، يسمى التهاب المُلْتَحِمة الوليدي الناجم عن جرثومة موجودة في قناة الولادة. هذه العدوى الجرثومية خطيرة، ومن شأنها التسبب في تأذي الرؤية؛ لذا فإن كل مولود يتلقى علاجًا وقائيًا في المستشفى باستخدام مرهم طبي.

كيف يمكن علاجه؟

يتم علاجه بحسب المسبب للمرض،
كالتالي:

الالتهاب الفيروسي

قد تدوم أعراضه لمدة قد تصل إلى 10 أيام،
ومن ثم تزول من تلقاء نفسها. والعلاج هنا
يكون لتخفيف الأعراض وذلك عن طريق:
كمادات باردة، قطرات مرطبة، تجنب استخدام
العدسات اللاصقة خلال فترة المرض.



الالتهاب البكتيري

يتم اتباع طرق العلاج الفيروسي بالإضافة إلى
استخدام قطرات مضادة للبكتيريا تعطى من
قبل الطبيب.



إصابات العيون بالمواد الكيميائية

إسعاف إصابة العين
برؤاذا المواد الكيميائية



فرك العين بقوة



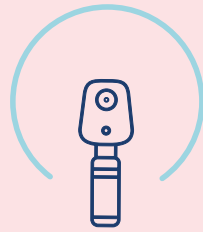
اغسل عينيك بالماء لمدة
20 دقيقة والتوجه للطوارئ

فحوصات العيون



ماهي أهم فحوصات العيون؟

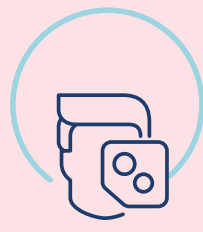
تنظير قاع العين



اختبار عمى الألوان



التصوير البصري



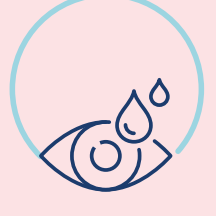
طبقيّة القرنية



فحص مجال الرؤية



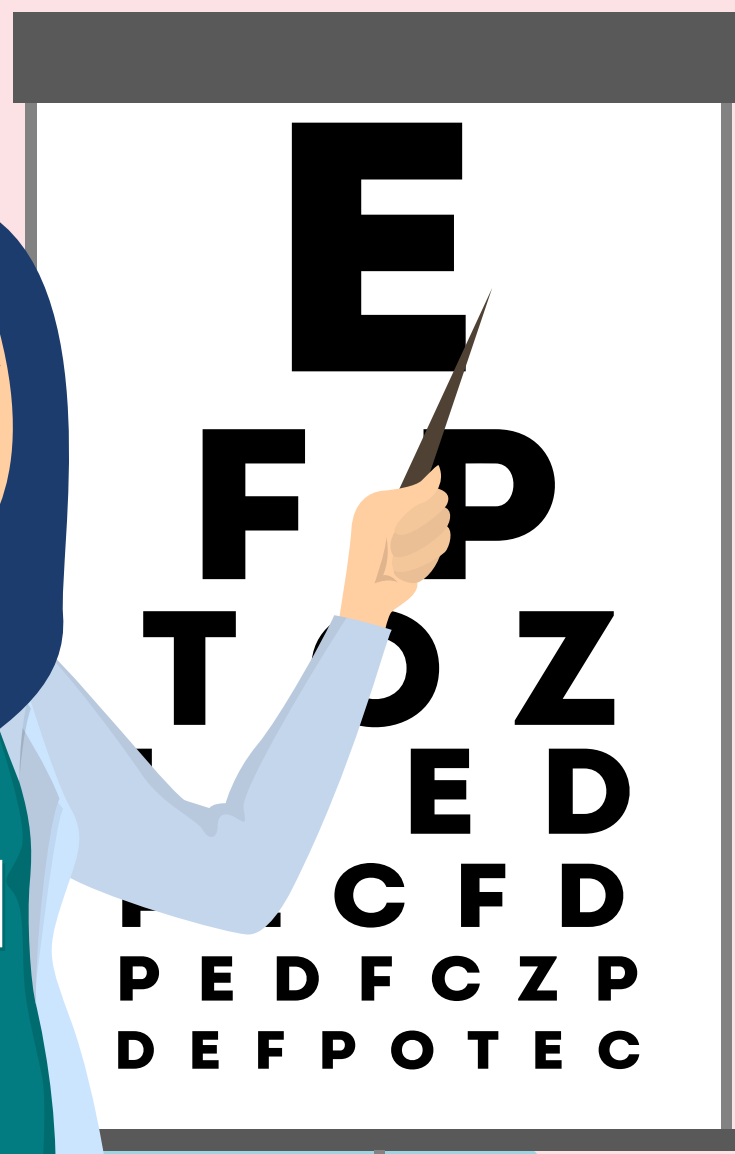
اختبار الجفاف



فحص النظر



ضغط العين



متي يجب فحص العينين؟



خلال عمر
20 - 40 سنة

(كل 5 - 10 سنوات)



الأطفال من عمر 3
أعوام و أصغر

(كل 1-2 سنة)



الأطفال في سن
المدرسة و المراهقون

(كل 1-2 سنة)



الأطفال
من عمر 3
أعوام و أصغر



بين عمري
40 و 50 سنة

(كل 2-4 سنوات)



بين عمر
55 و 64 سنة

(كل 1-3 سنوات)



بعد عمر
65 سنة

(كل 1-2 سنوات)

علامات تدل على ضعف النظر عند طفلك افحص نظرك



ظهور
الحول



تصغير العينين عند
رؤية الأشياء البعيدة
كالسبورة مثلاً



إمالة الرأس



تقريب الكتاب أثناء
القراءة



احمرار العينين

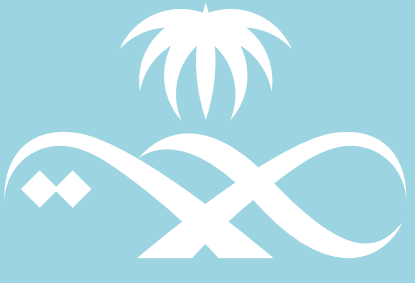


الحساسية الشديدة
للإضاءة



فرك
العينين بشدة





وزارة الصحة
Ministry of Health

فحوصات العيون أين تجدها؟

مراكز الرعاية الأولية



جميع المستشفيات
والمعدن الطرية

مستشفى العيون
بجدة

مستشفى العيون
التخصصي بالظهران

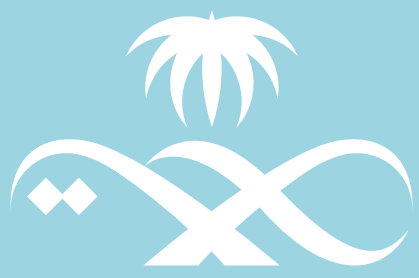
مستشفى الملك
خالد للعيون



التحويل للمستشفيات المتخصصة:

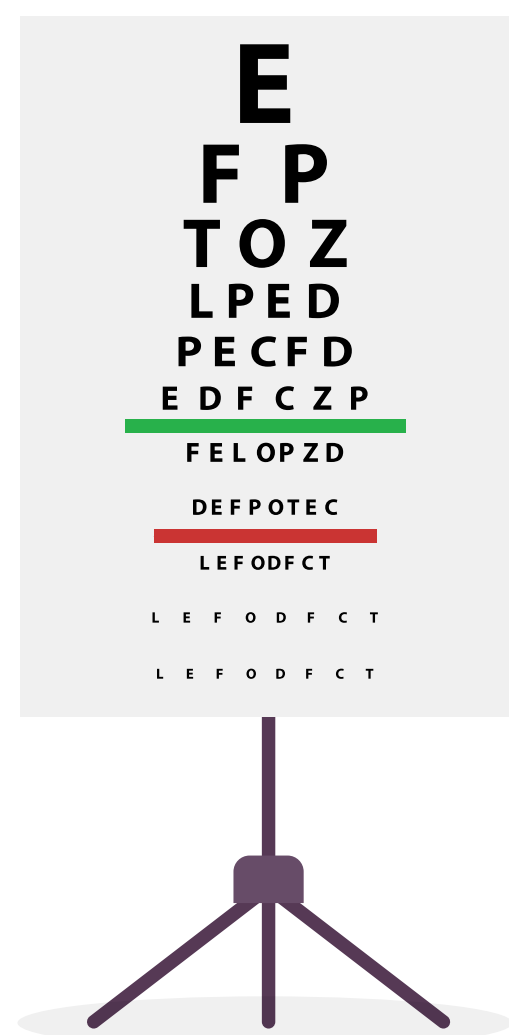
يجب إرفاق آخر تقرير طبي للحالة من طبيب
عيون في مستشفى حكومي أو خاص

عشرة
بصحة
@LiveWellMOH



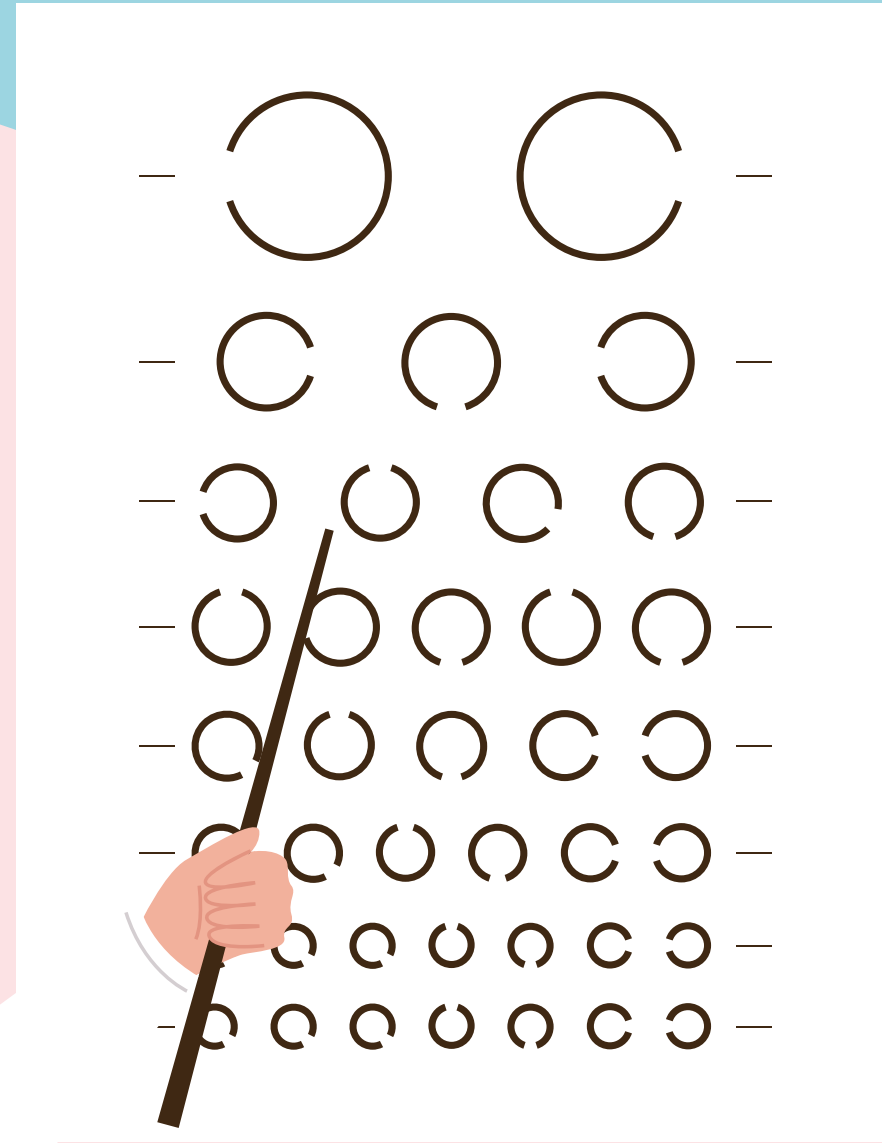
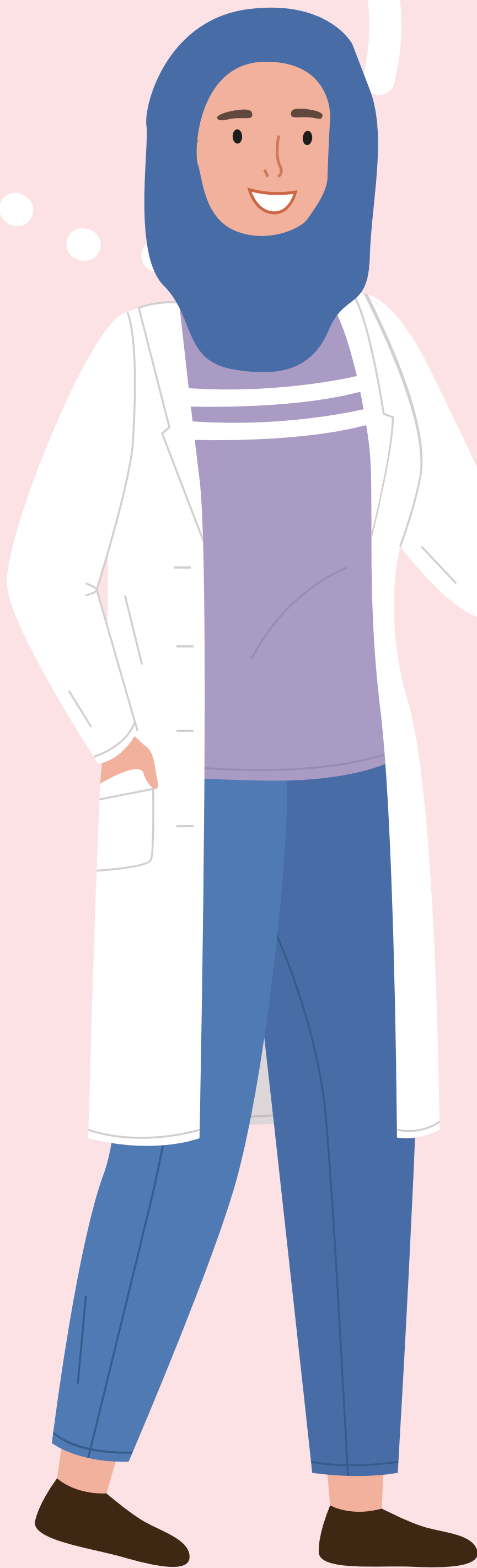
وزارة الصحة
Ministry of Health

احرص على إجراء فحص العين لابنك للتأكد من سلامة عينيه.



فحوصات العين للأطفال

فحوصات يقوم بها أخصائي بصريات أو
طبيب عيون لتقييم صحة عين الطفل وبصره



لماذا من المهم القيام بفحوصات العيون للأطفال؟

- للتأكد من سلامتها وعدم وجود أي مشاكل في الرؤية.
- اختبارات العين المبكرة مهمة لأن الأطفال يحتاجون إلى المهارات البصرية الضرورية للتعلم الأمثل:

حدة الإبصار في
جميع المسافات

مهارات تناغم دقيقة
ومريحة لكلتا العينين

مهارات الحركة
الدقيقة للعين

مهارات تركيز دقيقة
ومريحة



متى يجب فحص العيون لطفلك؟

5



فحص قبل
المدرسة في سن
5 أو 6 سنوات

3



فحص في
سن 3
سنوات

6



فحص شامل
للعين في عمر 6
أشهر

- كل سنتين يتم فحص العين للأطفال إذا لم يكن هناك حاجة لتصحيح النظر.
- سنويًا يتم فحص العين للأطفال الذين يرتدون النظارات الطبية أو العدسات اللاصقة.

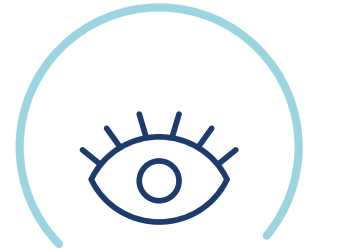
اختبار العين لطفلك الرضيع

اختبار استجابة حدقة العين



هل تنفتح العينين وتنغلق بشكل صحيح في وجود الضوء أو غيابه؟

اختبار التثبيت والمتابعة



هل تستطيع عينا طفلك أن تثبت على شيء ما مثل الضوء وتتابعه أثناء تحركه؟ (يجب أن يكون الرضيع قادرين على ذلك عند بلوغهم 3 أشهر).

النظر التفضيلي



استخدم بطاقة فارغة من جانب مع وجود خطوط على الجانب الآخر لجذب نظرة الرضيع إلى الخطوط.

(يجب أن يكون الأطفال قادرين على الرؤية مثل البالغين بعمر 6 أشهر)



اختبار العين للأطفال في سن ما قبل المدرسة

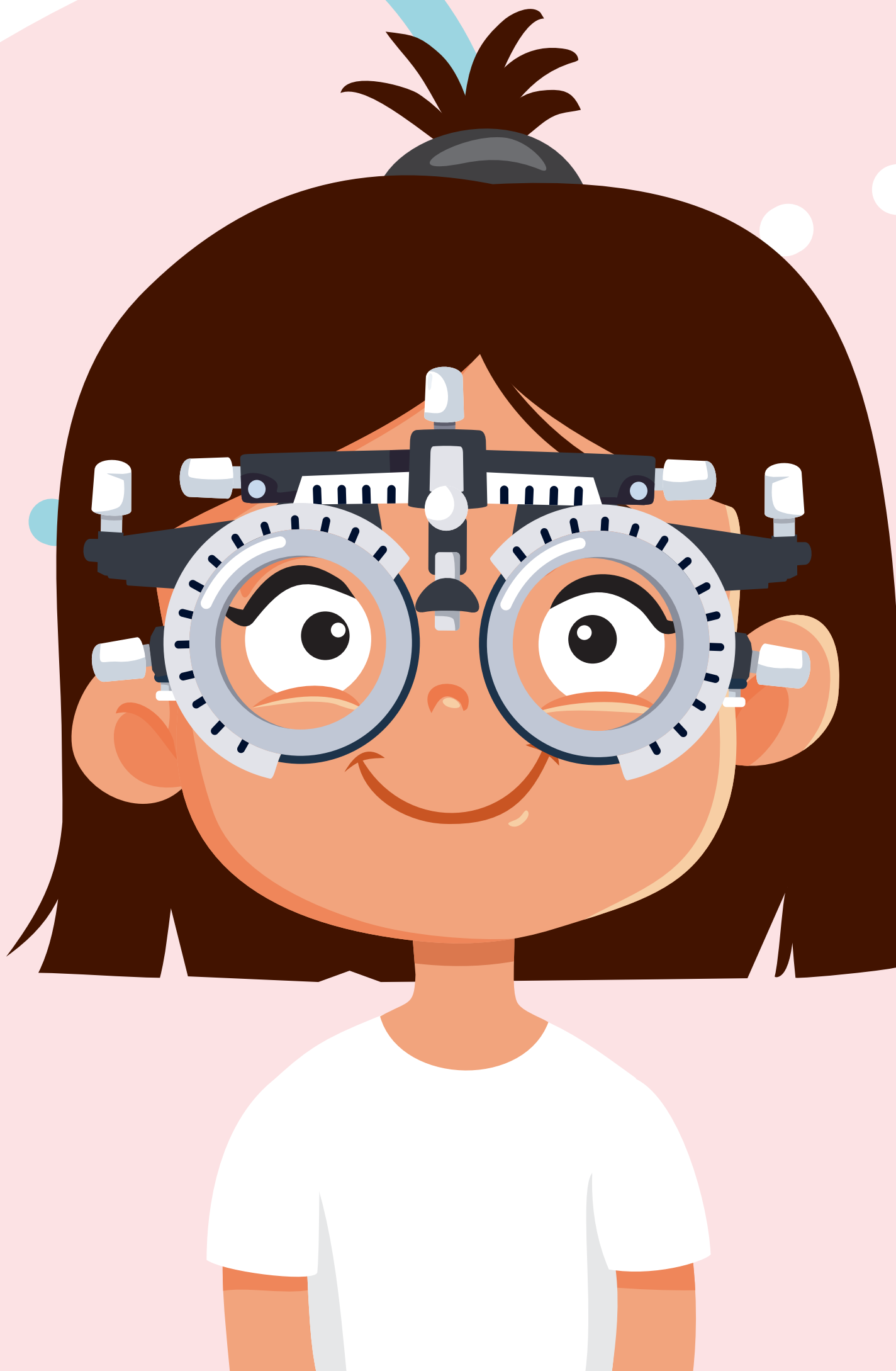
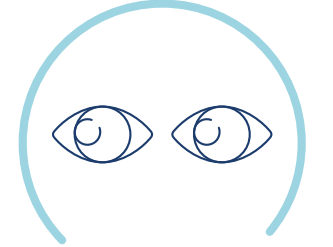
الأطفال في سن ما قبل المدرسة لا يحتاجون إلى معرفة الحروف من أجل اختبارات العيون (يتم استخدام رموز في هذه الاختبارات تشمل تفاحة ومنزل ومربع).



اختبار تنظير الشبكية/ تسليط الضوء على العين لمراقبة الانعكاس من الجزء الخلفي من العين (الشبكية) لمعرفة ما إذا كان طفلك يعاني من غشاوة في عدسة العين أو خطأ انكساري كبير.



اختبار التجسيم النقطي العشوائي/ قياس مدى جودة عمل عينا طفلك معًا بشكل متناغم كفريق.



مشاكل النظر الشائعة لدى أطفال المدارس

- قصر أو طول النظر واللابؤية
- كسل العين/ انخفاض الرؤية في إحدى العينين أو كليهما دون حدوث ضرر تشريحي يمكن اكتشافه.
- المحاذاة غير الصحيحة للعينين (الخَوَل).
- عدم كفاية التقارب: عدم محاذاة العين عند مشاهدة الأشياء القريبة.
- ضعف التركيز والإدراك وعمى الألوان.
- بصيلات رمش غير طبيعية، نتوءات، و إفرازات العين وتورمها (الوذمة).
- الغشاوة



*الطفل الذي لا يستطيع الرؤية أو مشاهدة السبورة يصاب بالإحباط، مما يؤدي إلى ضعف الأداء الدراسي.

كيف تستعد لموعد فحص عيون طفلك؟

- اختر وقتًا يكون فيه طفلك بحالة استعداد وحيوية
- تعرف على ما يتضمنه الفحص: تاريخ الحالة، واختبار النظر، وتحديد ما إذا كانت النظارات الطبية ضرورية، واختبار محاذاة العين، وتقييم صحة العين، وصفة طبية للنظارات.
- تأكد من إخبار الطبيب إذا كان لدى طفلك أي أعراض تشير إلى وجود أمراض في العين أو مشاكل في الرؤية.





وزارة الصحة
Ministry of Health

قصة يارا

انقر هنا لمشاهدة الفيديو



لحماية عيون صفارنا

خصوصاً وقت التعليم عن بعد



اضبط إضاءة الغرفة
وتجنب الإضاءة الساطعة



خذ استراحة
كل 20 دقيقة



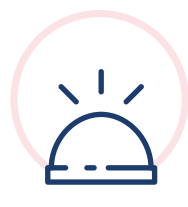
قلل من استخدام الهاتف
قبل النوم بساعتين إلى
ثلاث ساعات



ارمش بعينك باستمرار
لترطيب العين



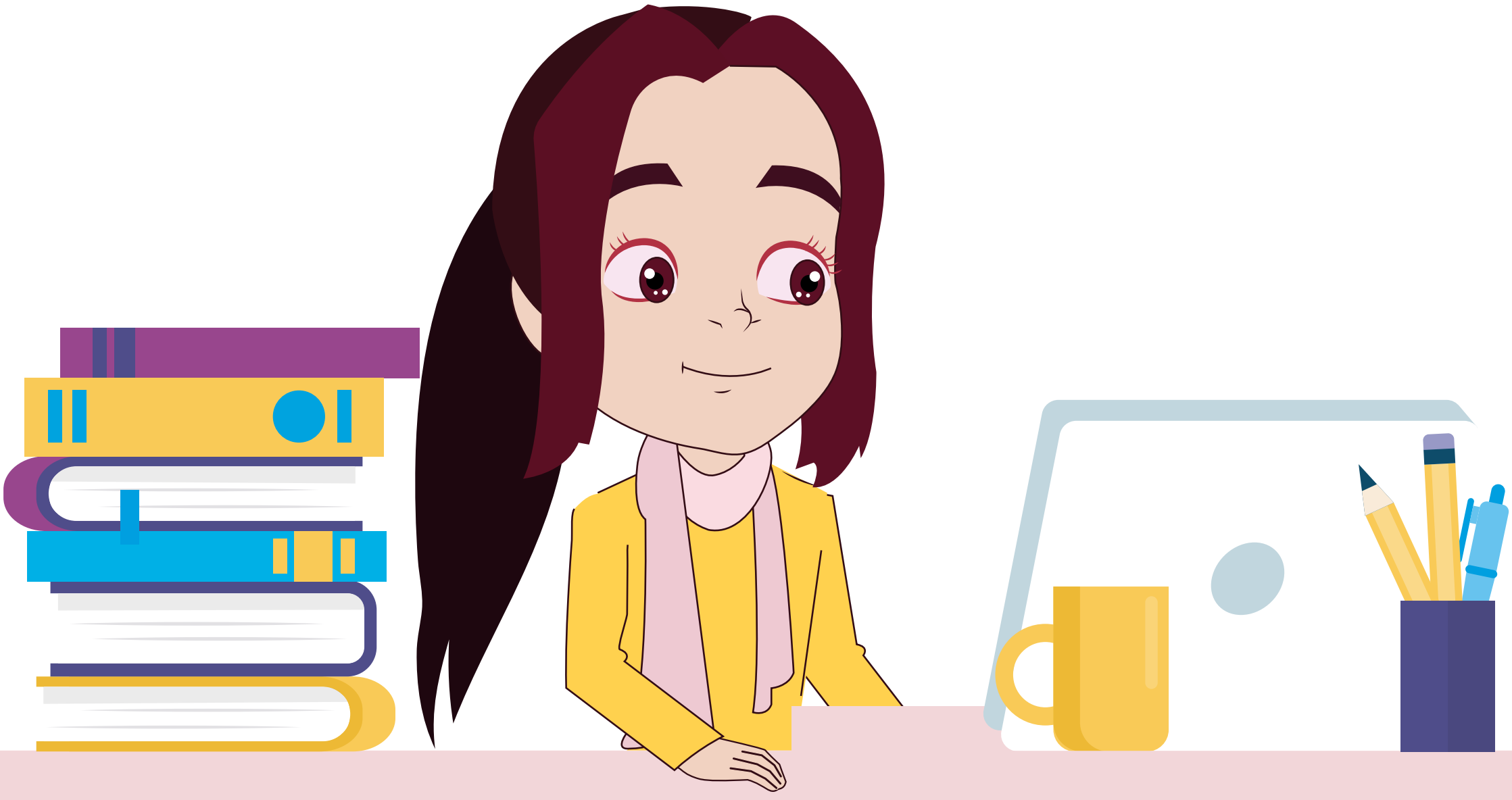
قلل السطوع وحافظ
على شاشة نظيفة



ابعد الشاشة
عن عينيك

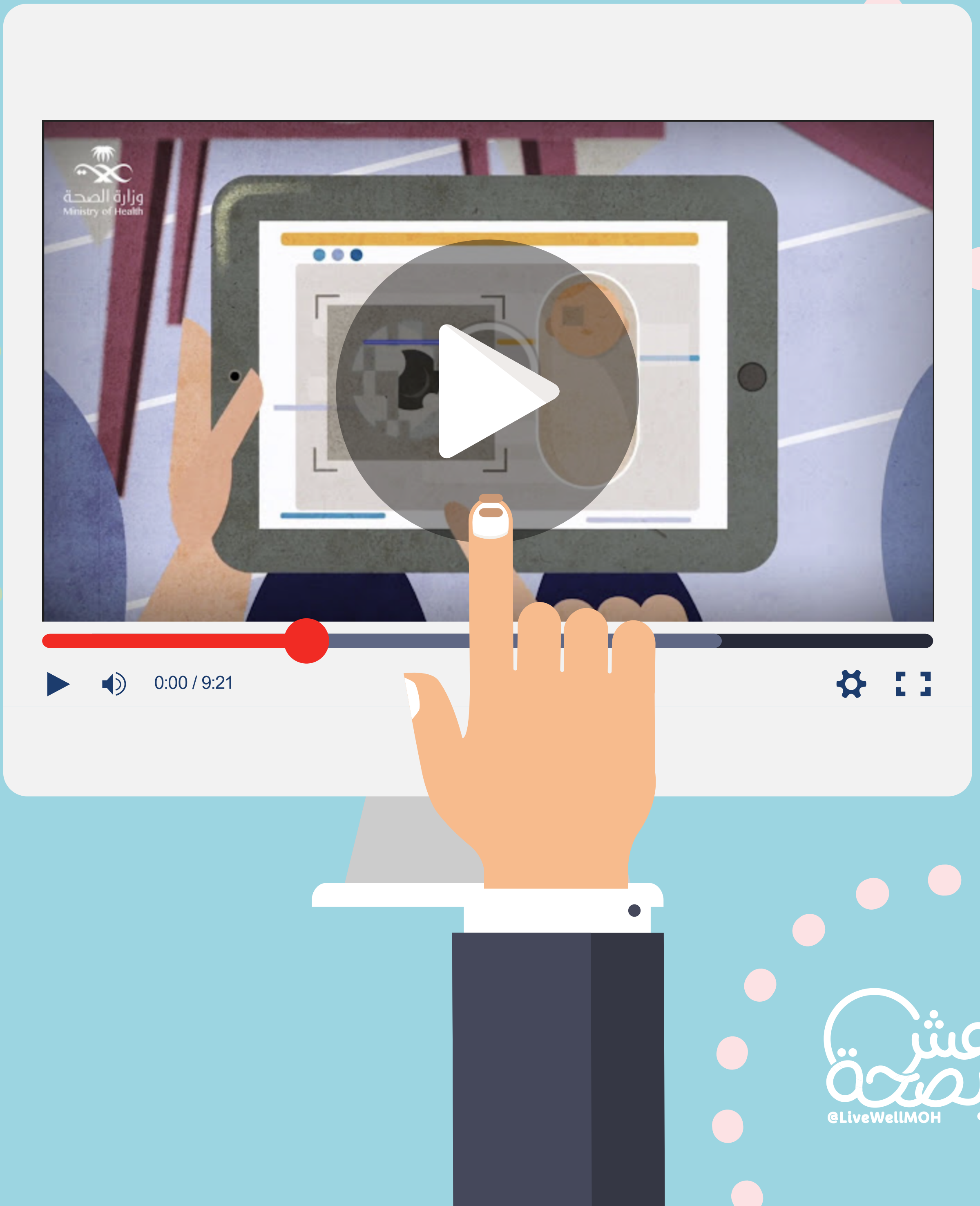


عند الشعور بالجفاف
استخدم القطرات المرطبة



اهمية فحص العيون

انقر هنا لمشاهدة الفيديو



هل أعجبك هذا الملف؟

هنا تجد المزيد



LiveWellMOH



LiveWellMOH



@LiveWellMOH



@LiveWellMOH



@LiveWell



LiveWellMOH



LiveWellMOH