هل تريد أن تعرف؟

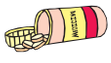
E03
sheet 1/1

إختلال البصر
Visual Impairment

التعريف

يتراوح إختلال البصر بين انخفاض في القدرة على الرؤية إلى انعدامها بالكامل.
هناك عدة أسباب لإختلال البصر: النظر من مسافة قريبة جدا، خلل في عدسة العين، النظر إلى مسافات بعيدة جداً. أسباب أخرى تؤثر أيضا على العين مثل سوء التغذية، الإلتهابات، مشاكل الأيض.....

ما يجب أن تعرفه؟



الأدوية

- إلتزم بالأدوية التي يصفها الطبيب (خاصة قطرات العين)، وانتبه إلى مضاعفاتها مثل الشعور بالحريق أو بألم حاد.

الطعام والحمية

تناول نظاماً غذائياً معتدلاً، ينصح بتناول الخضراوات الورقية

الخيارات العلاجية

- تجنب فرك العين لمنع تهيجها أو إدخال البكتيريا إليها.
- إستعمل العدسات المكبرة، والضوء القوي عند القراءة حسب توجيهات الطبيب.
- إستعمل آلات مساعدة للنظروالتنقل لتفادي الإنزلاق (العصا، المكبّر، المصباح الكهربائي وغيره).

إجراءات وقائية

- إتبع إجراءات السلامة وخصوصاً عند صعود السلالم، وإمتنع عن قيادة السيارة دون موافقة الطبيب.
- ضع ثيابك في أماكن مألوفة، وبترتيب معين في الخزائن والأدراج.
- ضع الطعام والأوعية في أماكن مألوفة في الخزائن وفي البراد وفق ترتيب معين.
- حافظ على أثاث المنزل مرتباً بشكل مألوف لتجنب الإصطدام والانزلاق.
- يفضل الإقلاع عن التدخين، أو التدخين فقط بوجود أحد أفراد العائلة لتجنب حصول الحريق.
- مارس التمارين اللازمة لإعادة التأهيل والإعتماد على نفسك دون مساعدة الآخرين، بما في ذلك مهارات القراءة والكتابة.

إرشادات

جميع الحقوق محفوظة، ٢٠٠٦، الجامعة الأميركية في المركز الطبي

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمنا.
تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية اخرى.

© 2005 American University of Beirut Medical Center