



آموزش به بیمار
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان اصفهان
درمان التهاب لبه پلک (بلفاریت)

کد بملفت 0001-E-01-PAL

اساس درمان التهاب لبه پلک (بلفاریت) شامل:

۱- کمپرس گرم

کمپرس گرم روی پلک منجر به آبکی شدن ترشحات سخت و غیر طبیعی می شود. برای گرم کردن می توان از حوله، گاز، پنبه یا چای کیسه ای و آب گرم استفاده کرد و زمانی که سرد می شود باید مجدداً گرم شود.

۲- ماساژ پلک ها

الف- با انگشت تمیز از لبه ی خارجی پلک به سمت داخل چشم ماساژ می دهیم.

ب- انگشت را به سمت ریشه ی مژه ها حرکت می دهیم (پلک بالا به سمت پایین و پلک پایین به سمت بالا)

۳- بهتر است عمل کمپرس گرم و ماساژ را همزمان با هم انجام دهید (روزی ۳ بار به مدت ۵ دقیقه)

۴- شستشوی لبه پلک ها با آب گرم و شامپو بچه

برای این کار ۱۰ قطره شامپو بچه را داخل یک استکان آب گرم ریخته و سپس با گوش پاک کن آغشته به محلول لبه ی پلک ها را با حرکت رفت و برگشت بشویید. بهتر است این کار را روبروی آینه انجام دهید. (بخصوص برای لبه ی پلک فوقانی) در ضمن توجه منید تمیز کردن و شستشو به آرامی کنید و به چشم فشار نیاورید.

۵- خودداری از تماس با عوامل احتمالی تشدید کننده مانند آرایش و لنزهای تماسی و...

۶- افزایش رطوبت نما

۷- استفاده از قطره های آنتی بیوتیک و پاد تجویز شده توسط پزشک، بعد از شستشو و انجام کمپرس گرم

کمپرس، ماساژ و شستشو در ابتدا روزانه سپس یک روز در میان و در ادامه به صورت هفتگی تا حداقل شش ماه توصیه می شود.

آموزش به بیمار دفتر پرستاری بیمارستان سیدالشهدا (ع) سمیرم