



NOOR
Eye Hospital
Bimonthly Bulletin



نشریه داخلی بیمارستان فوق تخصصی چشم پزشکی نور / شماره سوم / پائیز ۱۳۹۲

افتتاح کلینیک نور البرز



سومین عضو خانواده چشم پزشکی نور برای خدمت رسانی به شهروندان استان البرز کار خود را آغاز کرد. «دکتر فرهاد رضوان» مدیر کلینیک نور کرج با بیان این مطلب گفت: «این مجموعه بعد از دو سال فعالیت مستمر، تیرماه امسال به بهره‌برداری رسید تا از این پس خدمات چشم پزشکی را با استانداردهای مجموعه فوق تخصصی نور به اهالی شهر کرج و شهروندان استان البرز ارائه دهد». وی می‌گوید: «هم اکنون ویزیت، اپتومتری، کلیه خدمات تصویربرداری و جراحی عیوب انکساری همانند لیزیک در کلینیک دایر است و در تمامی موارد تجهیزات این مجموعه با بیمارستان نور تهران برابری می‌کند».

نیمی از کادر اداری و پرسنلی کلینیک را پرسنل بیمارستان نور کدساکن کرج بوده‌اند تشکیل می‌دهند و چشم پزشکان و کادر درمانی نیز از بیمارستان انتخاب شده‌اند؛ به این ترتیب از نظر کیفیت و سطح خدمات نور البرز با مراکز نور در تهران تفاوتی ندارد. از نظر هزینه‌های درمان نیز این کلینیک بر اساس تعرفه‌های تخصصی چشم پزشکی مصوب استان تهران و البرز فعالیت می‌کند. دکتر رضوان، اضافه کرد: «کلینیک فوق تخصصی نور البرز در مهرماه سال جاری به طور رسمی افتتاح می‌شود و ما برای بازیاری که با توجه به جمعیت ۳ میلیون نفری شهر کرج و شهرک‌های اقماری آن، ظرفیت مناسبی برای ارائه خدمات مطلوب چشم پزشکی در استان البرز وجود دارد».

کلینیک فوق تخصصی نور کرج در منطقه جهانشهر، میدان هلال احمر واقع شده است و بیماران می‌توانند از طریق شماره تلفن ۰۲۵۸۰۰۰ برای خدمات گوناگون چشم‌پزشکی وقت بگیرند.

قبل از خرید عینک آفتابی این مطلب را بخوانید



بخش اپتومتری بیمارستان نور به اهمیت استفاده از عینک‌های آفتابی و چگونگی انتخاب آنها می‌پردازد
محافظت برای سلامتی

حافظت از چشم‌ها در محیط‌های مختلف، راهکارهای متفاوتی دارد. این کار اما هنوز در نزد هموطنان مابه خوبی شناخته شده نیست و چنان‌چهار مامهنه‌ترین ایزوله‌تباری با دنیای خارج و عامل اصلی درک ماز از زیبایی‌های اطرافمان است. چشم‌ها همچنین در حفاظت از سایر اجزای بدن نقش غیرقابل انکاری دارند. وجود بیماری‌های چشمی یا برخی عوامل محیطی، این عرضه سایر حساسیات را در چار آسیب می‌کند و گاهی این صدمه چنان است که آثار و عواقب آن هرگز جبران نمی‌شود. یکی از عوامل محیطی موثر بر چشم‌های من و شما نور خورشید است؛ روزهای آفتابی اگرچه برای خلی‌های اذن بخش است اما برای چشم‌ها یک تهدید به حساب می‌آید. البته اگر به درستی از آنها مراقبت نشود در مطلقی که اکنون مقابله شما قرار دارد.

دکتر ابراهیم جعفرزاده پور
اپتومتریست



با فعالیت‌های حرفه‌ای و روزمره شما دارد، به عبارت بهتر هر محیطی عینک مخصوص به خود را می‌طلبد؛ اگر کوهنورد هستید و روزهای آخر هفته را در ارتفاعات سپری می‌کنید، در آن شرایط باید از عینک آفتابی مخصوص به همان رشتۀ استفاده کنید. در مورد رشتۀ‌های دیگر مثل فوتبال، تنیس، دوچرخه‌سواری و پیاده‌روی نیز همین قاعده پایر جا است. برای استفاده‌های غیر ورزشی نیز عوامل محیطی اهمیت دارد و نباید خودسرانه اقدام به انتخاب عینک آفتابی کرد. فراموش نکید تجویز و عرضه عینک‌های آفتابی و طبی باید زیر نظر اپتومتریست انجام شود.

چه عینکی انتخاب کنیم؟
انتخاب یک عینک آفتابی مناسب، ارتباط مستقیمی

چشم‌مان مامهنه‌ترین ایزوله‌تباری با دنیای خارج و عامل اصلی درک ماز از زیبایی‌های اطرافمان است. چشم‌ها همچنین در حفاظت از سایر اجزای بدن نقش غیرقابل انکاری دارند. وجود بیماری‌های چشمی یا برخی عوامل محیطی، این عرضه سایر حساسیات را در چار آسیب می‌کند و گاهی این صدمه چنان است که آثار و عواقب آن هرگز جبران نمی‌شود. یکی از عوامل محیطی موثر بر چشم‌های من و شما نور خورشید است؛ روزهای آفتابی اگرچه برای خلی‌های اذن بخش است اما برای چشم‌ها یک تهدید به حساب می‌آید. البته اگر به درستی از آنها مراقبت نشود در مطلقی که اکنون مقابله شما قرار دارد.

«دکتر ابراهیم جعفرزاده پور» استاد دانشگاه و مسئول



ارتباط مطالعہ با خستگی چشم

هر چند در مورد میزان سرانه مطالعه در کشورمان ارقام متفاوتی ارائه می‌شود، با پایان کار مدارس و ترم‌های بهاره دانشگاه‌ها و فارسیدن روزهای بلند تابستان، این اعداد افزایش می‌یابد. اما خیلی‌ها دلیلی برای نخواندن دارند و آن اینکه هنگام مطالعه از خستگی چشم ابراز ناراحتی می‌کنند؛ به همین دلیل هم خیلی زود کتاب خواندن را کنار می‌گذارند. شاید در نگاه اول این موضوع بسیار عادی باشد اما وقتی دقیق تر به آن نگاه می‌کنیم، متوجه می‌شویم ماجرا بیچیده‌تر از یک اتفاق ساده است. با «دکتر سهیل علی‌اکبری» متخصص چشم ملاقات کردیم تا به عمل خستگی چشم حین مطالعه و راههای پیشگیری از آن بپرسیم. اگر مایلید گفت و گوی خبرنگار نشریه با او را بخواهید.

مراجعه کنیم. برای اصلاح هر کدام از این موارد نرم‌سازی وجود دارد که به رفع خستگی، حشم هم کمک می‌کند.

جایی می خواندم که تغذیه هم در کاهش یا افزایش خستگی چشم بی تأثیر نیست. شما این موضوع را تایید می کنید؟

بهطور حتم گرسنگی تأثیر خود را دارد زیرا قند خون پایین آمده و روی عملکرد عضلات تأثیر می‌گذارد. خوردن صبحانه و رعایت وعده‌های منظم غذایی به همراه میان وعده‌ها از بروز این پدیده بشیشگیری می‌کند.

به نظر شما چه زمانی از شبانه‌روز برای مطالعه کردن بهتر است؟

بهتر است مطالعه در روز انجام شود نه طی ساعت‌های استراحت. برای کسانی که در محیط‌های شلوغ زندگی می‌کنند شاید شب‌ها فرستاد بهتری باشد اما از نظر ما روز مناسب‌تر است زیرا هورمون‌ها بهتر عمل می‌کنند و در نتیجه در کم میزان بالاتر است.

افراد دچار آستیگماتیسم چگونه باید مطالعه کنند؟

برای افراد دچار ضعف بینایی، استفاده از عینک ضروری است؛ در ضمن آنها بیشتر از دیگران باید از چشم های خود مراقبت کنند.

درست است که می‌گویند، شستن چشمها با چای، میزان التهاب و خستگی آثار اکاهش می‌دهد؟

شستن چشم‌ها با چای یک روش سنتی برای کاهش احتقان آنها است. از نظر علمی هم این مسئله ثابت شده است به شرط آنکه از چای ارگانیک یا به تعبیری چای فاقد سموم و افودنی‌های شیمیایی استفاده شود.



نژدیک است و از اغلب فیلترها عبور می‌کند، البته مقدار آن زیاد نیست مگر اینکه مدت طولانی‌ای در معرض نفوذ افقی باشیم، کشورما ایران نیز به دلیل طول و عرض جغرافیایی جزء کشورهای در معرض تابش UV بالا است. تهها عینتک‌های استاندارد این مقدار از اشعه موادی بینفتش را جذب می‌کنند و اجازه نمی‌دهند صدمه‌های به حشم بنند.

میراں پروردگار

عدم استفاده از عینک اقتاتی علاوه بر خستگی، قرمزی چشم، کاهش میدان دید و بالا رفتن ضربت خطابی بینایی، خطر ابتلاء به بیماری آپ مرارا بیدار یا کاتاراکت را فایزیس می دهد. این خطر در سواحل دریا یا ارتفاعات بیشتر است و باید جدی گرفته شود. تجویز لنتاخاب مناسب عینک اقتاتی به سادگی می تواند از بلالایی و موقع چشم ها به آب مرارا بیدار یکشنبگیری کند.

هر فرد عینک آفتابی خود را دارد

همیشه به یاد داشته باشید که انتخاب عینک آفتابی یا مدل به تشخیص چشم پر بشک و زیر نظر اپتومتریست انجام شود. «دکتر ابراهیم جعفرزاده پور» مسئول بخش پیوتومتری بیمارستان نور می‌گوید: «هر فردی براساس نوع فعالیت روزانه اش باید عینک آفتابی مناسب خود را انتخاب کند در غیر این صورت ممکن است با عوارض گوناگون مواجه شود. شیشه عینک‌های آفتابی خوب و استاندارد، رنگ ثابتی دارند و بدون اعوجاج هستند تا در هنگام رامرفتن، رانندگی کردن یا مشاهده مناظر، اکاربر را با مشکل مواجه نکنند و روزگاران، رانندگان، حرfovاهی و همه کسانی که زمان زیادی از روز خود را در فضای باز و زیر نور افتاب می‌گذرانند باید از عینک آفتابی مناسب استفاده کنند. متأسفانه اغلب عینک‌هایی که به صورت آزاد در بازار و کنار خیابان فروخته می‌شوند این ویزیگت را ندارند و ممکن است مصرف کننده بعد از مدتی، با مشکل دید روپوه شود.»

شعه U.V

به یاد داشته باشد هدف از زدن عیتک این است که چشم‌های شما در برابر نور شدید آفتاب و اشیای متوجه کیا باشند. ملاحظه شود.

عنک آفتاب، خوب حه و نشگ، هاب، دار د؟

پیش از هر چیز باید بداتیم شیشه محافظه عینک‌های استاندارد اغلب به رنگ قهوه‌ای یا خاکستری با دانسته سفر تا ۵ است. این عدد نسبت به شدت نور اولیه به شدت نوری که از عدسی عبور می‌کند تعیین می‌شود. افرادی که در محیط‌های ورزشی یا فضاهای باز حضور دارند بهتر است دانسته عینک افتابی‌شان بین $\frac{3}{5}$ تا $\frac{2}{5}$ تعیین بشناسد. همچنین در محیط‌های ورزشی و مری افرادی که زمان زیادی را زیر نور آفتاب می‌گذرانند استفاده از عینک‌هایی با فریم خمیده یا بسیار خمیده توصیه می‌شود. این فریم‌ها ساختار پیچیده‌ای دارند ولی به دلیل پوشش‌دهی مناسب چشم‌ها، به سادگی همه پرتوهای مضر خروشید را مهار می‌کنند در سایر موارد نیز می‌توان از فریم‌های کلاسیک و استاندارد استفاده کرد.

بینایی بهتر است یا زیبایی؟

پیری بدبده اجتناب ناپذیر است که شامل تغییراتی می‌شود که در تمام اعضا و بافت‌های بدن انسان اتفاق می‌افتد. نباید فراموش کنیم که جلوگیری از پیری احتساب ناپذیر است و عوامل ژنتیکی و محیطی نقش به سزایی در شکل‌گیری آن دارند به طوری که در بعضی افراد اثر آن زودتر و در برخی دیرتر مشاهده می‌شود. «کتر رضا عرفانیان سلیم» جراح چشم و فلوبسیب جراحی پلاستیک چشم و انحراف‌های چشمی بیمارستان نور شما را با روش‌هایی برای افزایش زیبایی و به تأخیر انداختن تأثیرات پیری صورت آشنا می‌کند.

پدیده پیری را سرعت می‌بخشند

کدام نواحی از صورت بیشتر در معرض این پدیده قرار دارد؟

در یک سوم بالایی صورت بیشتر این تغییر را می‌توان دید. چشم‌ها، ابروها و پیشانی در این ناحیه قرار دارند. تحقیقات متعددی انجام شده است که نشان می‌دهد هنگامی که فردی به چهره‌مانگاه می‌گند و می‌خواهد در رابطه با خسته‌بودن و سن مقاضوت کند پیش از همه متوجه چشم‌های مامی شود؛ با افزایش سن تغییرات این ناحیه هم دچار تغییراتی می‌شود که باید به آن توجه داشت.

در مورد ابروها و چروک‌های دور چشم چطور؟

هرچه سن بالاتر می‌رود، گوشش‌های ابرو به علت از دست رفتن چربی، بافت‌های هم‌بندی و عامل جاذبه دچار افتادگی بیشتری می‌شود و در جنین حالتی چهره افراد خسته و غم آلود به نظر می‌رسد. لذا بطوط ناخوداگاه برای برطرف کردن آن از انقباض عضلات پیشانی استفاده می‌کنیم و هم‌زمان بر حسب عادت انقباضات عضلات مربوط به ایجاد اخم در موقع کار و یا صحبت باعث بیشتر شدن چین‌های پیشانی و ناحیه بین دو ابرو می‌شود؛ این موارد تأثیرات زیادی بر ظاهر صورت می‌گذارند.

همچنین با افزایش سن، چربی تاجیه پلک و حدقه تغییر کرده و در بعضی افراد افزایش حجم پیدامی کند و به سمت بیرون چشم متمایل می‌شود و حالت پف آلدگی به وجود می‌آورد. این شرایط تأثیر قابل توجهی روی خسته به نظر رسیدن چشم‌های ما دارد. البته در افرادی که به صورت ژنتیکی استخوان‌های گونه فرورفتگی دارند این بیرون زدگی چربی می‌تواند باش شدن پلک تحتانی همراه باشد که از نظر ظاهری و عملکردی روی آن اثر می‌گذارد.

چه روشی را برای جبران یا کاهش این تغییرات پیشنهاد می‌کنید؟

روش‌هایی که این تغییرات را تا حدودی کاهش می‌دهند به دو نوع جراحی و غیرجراحی تقسیم می‌شوند. البته قرار نیست کسی را آنچه که هست جوان تر کنیم در واقع ما ظاهر فرد را متناسب با سن وی زیباتر می‌کنیم و تا حدودی جنبه‌های ناخوشایند پیری را کاهش می‌دهیم. در روش غیرجراحی این کار با تزریق ماده بوتاکس

دکتر رضا عرفانیان سلیم
لوگو تخصص استرالیسم و اکولوپلاستیک



از نگاه علمی، پیری چگونه و تحت تأثیر چه عواملی ایجاد می‌شود؟

با افزایش سن تغییرات قابل توجهی در پوست پدید می‌آید. میزان آب پوست کم می‌شود و چربی‌های زیر آن تحیل می‌روند و پروتئین‌های کلازن و الاستینی که انعطاف پذیری و شادی پوست را تأمین می‌کنند، دچار تغییرات قابل توجهی می‌شوند. این پدیده در بافت‌های مختلف صورت به اشکال گوناگون ظاهر می‌شود. به عنوان مثال طول و زاویه فک بالا و یا بین تغییر کرده و استخوان‌های حدقه باز می‌شود و خودشان را بیشتر نشان می‌دهند. علاوه بر عامل ژنتیکی، عوامل بیرونی یا محیطی نظیر نور خورشید، به دلیل تغییر پروتئین‌های زیر پوست و کاهش انعطاف‌پذیری آنها شرایط پیری افراد را تسريع می‌کند. در این حالت کشش بین بافت‌هاش شده و چروک‌های پوستی به وجود می‌آید.

آیا دخاین هم بر فرارسیدن زودرس دوران پیری تأثیر می‌گذارد؟
بله، دقیقاً همین طور است. مصرف دخاین باعث پیری زودرس شده و علاوه بر آثار مخرب قلبی و عروقی، موجب آسیب دیدگی شبکه خون رسانی زیر لایه‌های پوستی می‌شود و همان طور که اشاره کردید تأثیرات پیری صورت را تسريع و تشدید می‌کند.

تغذیه مناسب چقدر می‌تواند سرعت پیرشدن پوست افراد را کاهش دهد؟

تغذیه و رژیم غذایی مناسب در تقویت بافت‌های همبندی صورت تأثیرگذار است. به همین دلیل رژیم غذایی همه ماید از نظر پروتئین‌ها و ویتامین‌های ضروری غنی باشد و در غیر این صورت پیری تسريع می‌شود. همچنین یادمان باشد افزایش و کاهش وزن‌های سریع بیماری‌های سیستمیک و جراحی‌هایی با دوره نفاهت سخت و طولانی،



این اطلاعات را به خاطر بسپارید

دانستنی‌های وب سایت بیمارستان نور



سوال از شما، پاسخ از ما

اگر همین حالا در ارتباط با بیماری‌های چشمی سوالی به ذهن تان برسد می‌توانید با مراجعته به این وب سایت پرسش مورد نظر خود را مطرح و ظرف ۳ تا ۷ روز پاسخ آن را دریافت کنید. نور از مددود بیمارستان‌هایی است که به صورت روزانه به سوالات مراجعه‌کنندگان خود پاسخ دهد و آنها در اختصار بهترین شیوه درمانی برای می‌کند. در باک اطلاعاتی سایت تامروز بیش از ۱۰ هزار پرسش و پاسخ توسط کاربران ثبت و به اشتراک گذاشته شده است و دسترسی به همه آنها همین حالا ممکن پذیراست.

سرپس ویژه‌نویت‌دهی آنلاین

به تارگی بخش جدیدی تحت عنوان «وبت دهی آنلاین» به خدمات سایت اضافه شده است. همان‌طور که می‌دانید در گذشته این کار به صورت تلفنی، پایامکی یا حضوری انجام می‌شد در قاز اول این خدمت در اختیار بیمارانی قرار می‌گیرد که قبل از بیمارستان مراجعه کاشتمانه و برای آنها پرونده الکترونیکی و شناسه تعریف شده است. این افراد برای وقت گرفتن، نیازی به انجام روش‌های گلستانه ندارند و تهاباً مراجعه به وب سایت بیمارستان می‌توانند نوبت خود را تمام جزئیات انتخاب کنند. در قاز دوم، قرار است این سرویس به صورت عمومی دایر شود تا همه کاربران بتوانند بدون حضور در بیمارستان نور وقت قبلی پیگیرند.

خبر خوش به کاربران اندروید

سایت بیمارستان نور به سه زبان فارسی، انگلیسی و عربی قابل مشاهده و استفاده است و به طور میانگین هر روز ۱۴۰۰ نفر از سایت بیمارستان نور بازدید می‌کنند. اما خبر خوش آن که تا چند ماه آینده نسخه هوشمند وب سایت برای دارندگان گوشی‌های چندرسانه‌ای و تبلت‌های اندروید و OS آماده می‌شود تا این دسته از کاربران نیز بتوانند با استفاده از بسترها در اختیار خود به خدمات بیمارستان دسترسی پیدا کنند.

بیمارستان چشم پزشکی نور از جمله مراکز درمانی کشور است که برای داشتن ارتباط بهتر با مخاطبان خود از روش‌های نوین استفاده می‌کند و وب سایت www.noorvision.com این وظیفه را بر عهده دارد که در کل شیوه‌های سنتی مانند بروشورهای اطلاع‌رسانی و کتابهای آموزشی، به نیازهای اطلاع‌رسانی مشتریان نور پاسخ دهد. در ادامه مطلب شما را با قسمت‌های مختلف این پایگاه اطلاع‌رسانی آشنایی کنیم.

وب سایت نور چه خدماتی به شما می‌دهد

این وب سایت از دو بخش تشکیل شده است که مخاطبان بر اساس علاوه‌مندی خود به آنها مراجعه می‌کنند. در بخش اول شما می‌توانید با بیمارستان، تاریخچه تأسیس آن، کلینیک‌های واپسی، تجهیزات و سایر خدماتی که این مرکز ارائه می‌کند، آشنا شوید. به جرأت می‌توانید ادعای کیم نور اولین بیمارستانی بود که برای آگاهی مراجعه کنندگان خود از اینترنت به عنوان ابزار ارتباطی گسترش استفاده کرد و اکنون مجموعه جامعی از اطلاعات مربوط به بخش‌های گوناگون بیمارستان را در قالب یک بسته‌الکترونیکی قابل دسترسی گردآوری کرده است. در بخش دوم، اطلاعات درمانی قرار دارد و هموطنان می‌توانند با مراجعه به آن، برداش چشم پزشکی خود بیفزایند و در صورت نیاز به دریافت خدمات درمانی با شیوه‌هایی که در مجموعه نور ارائه می‌شود، آشنا شوند. این دو بخش به صورت موازی در کنار هم فعالیت می‌کنند و در یک آدرس جهانی گنجانده شده‌اند.

تفصیل در فرم و محتوای سایت

سایت بیمارستان با توجه به بازخوردهای سالانه خود تغییر می‌کند و در چند سال گذشته به یک شکل باقی نمانده است. مطالب، خدمات و اطلاعات علمی آن همواره به روز می‌شود تا مخاطبان علاوه بر آگاهی، با سهولت بیشتری از این امکانات استفاده کنند. همچنین بخش طراحی قالب این وب سایت نیز به فرآوری‌های با تغییراتی مواجه می‌شود و اکنون چهارمین مرحله خود را پشت سرمی گذارد.

(بوتولوئیوم توکسین A) که در کشور مابانام دیسپورت مجوہ استفاده دارد انجام می‌شود. در بعضی نواحی صورت و اطراف چشم نیز می‌توان از تزریق Filler که بطور مصطلح به آن ژل گفته می‌شود، استفاده کرد.

بعد از تزریق این مواد چه واکنشی در عضلات اتفاق می‌افتد؟

دیسپورت‌ها عضلات اطراف چشم‌ها را ضعیفتر می‌کند و از ایجاد چروک‌های ناشی از انقباض‌های دایمی عضلات نی کاهد و بعضی از چروک‌های ناجیه پیشانی بین دو ایرو و گوشه چشم‌ها را نیز برطرف می‌کند. البته اثرات این دارو موقت است و بعد از ۴ تا ۳ ماه از بین می‌رود و نیاز به تکرار دارد. در بعضی افراد تکرار مرتب و طولانی مدت دارو منجر به کاهش قابل توجه زمینه ایجاد چروک‌های اطراف چشم می‌شود.

روش تزریق فیلر چطور؟

در این روش از ژل یا فایلرهای استفاده می‌شود که باعث کاهش فورتگی‌ها خواهد شد. با این کار می‌توانیم تا حدودی بعضی از تورفتگی‌ها و زیبایی تند را پر کنیم. روش دیگر، تزریق جریبی است که از قسمت‌های مختلف بدن برداشته شده و به ناحیه مورد نظر تزریق می‌شود.

روش جراحی چگونه انتخاب می‌شود؟

تصمیم گیری برای روش‌های جراحی در افراد کار پیچیده‌ای است. در ابتدا به صحبت‌های مراجعة کننده گوش می‌کنیم. مواردی در ظاهرش را که او را فرازحت کرده شخص می‌کنیم و سپس تمام نواحی صورت را ارزیابی و نظر خود را با وی درمیان می‌گذاریم. گاهی اوقات نظر جراح با بیمار تفاوت زیادی دارد و جراح باید وی را کاملاً متوجه شرایط کند. گاهی اوقات نیز در خلال همین گفت‌وگوها مراجعة کننده به مواردی در صورت خود پی می‌برد که تاکنون به آنها توجه نکرده است. تکه مهم این است که بیمار در ارتباط با روش جراحی و علت آن توجیه شود و از آن مهتر اینکه انتظار واقع بینانه در رابطه با نتیجه جراحی داشته باشد.

آیا نتیجه کار در همه افراد یکسان است؟

هر فردی مشخصات خاص خود و همین‌طور مشخصات آناتومیک صورت خوبی را دارد. اگر فرض کنیم دوست، همسایه یا فامیلی مالقادمی کرده است و برای ماهم باید همان اقدام انجام شود اشتباه است. حتی افراد هم سن با محیط جغرافیایی و سلامتی برابر، به اقدامات متفاوتی احتیاج دارند.

جنسیت تاچه اندازه تاثیرگذار است؟

جنسیت مهم است؛ چشم‌ها و اطراف آنها مثل ابرو، مژه‌ها و ناحیه زیر چشم در زیبایی خانم‌ها تأثیر بسزایی دارد. در مردان زیبایی فک‌ها و گونه تأثیرگذار است. بر همین اساس تصمیم گیری درباره اقدامات زیبایی برای خانم و آقایان کاملاً متفاوت بوده و باید تحت نظر پزشک انجام گیرد.

از نظر چشم پزشکان، بینایی مهم‌تر است یا زیبایی؟

ماهیج وقت بینایی فرد را فدای زیبایی نمی‌کنیم؛ میزان جراحی تا آنجایی تعیین می‌شود که بینایی فرد به خطر نیفتد. باید فراموش کنیم که تمام این روش‌ها باعث کاهش آثار پیری می‌شوند اما هیچ کس نمی‌تواند بدیده پیر شدن را متوقف کند.

از سیر تا پیاز پیوند قرنیه

قرنیه به عنوان یکی از مهمترین عناصر سیستم بینایی وظیفه دارد مثل عدسی نور را از خود عبور داده و آن را روی شبکیه متعرک کند. اگر کدورت یا اعوجاجی در قرنیه ایجاد شود، عبور نور با مشکل رویه رو شده و در بینایی افراد اختلال ایجاد می‌شود؛ اختلالی که اغلب با تاری دید همراه است. در چنین شرایطی بیمار باید برای بهبودی کامل، معاینه‌های دقیق چشم پزشکی را پشت سر گذارد. اگر روش‌های دارویی و سایر درمان‌ها موثر واقع نشوند، عمل پیوند قرنیه انجام می‌گیرد. دکتر سعید شاه حسینی «چشم پزشک و فوق تخصص قرنیه بیمارستان چشم پزشکی نور در این باره بیشتر توضیح می‌دهد.



عفونی و سایر فاکتورهای سلامتی روی نمونه‌های قابل پیوند انجام می‌شود.

آیا جنسیت در پیوند قرنیه اهمیت دارد؟

خیر، جنسیت و گروه خونی اهمیت ندارد. البته سن تأثیرگذار است و هرقدر قرنیه دهنده جوان تر باشد نتیجه پیوند بهتر خواهد بود.

فردی که کاندیدای عمل پیوند قرنیه است باید چه مراحلی را پشت سر بگذارد؟

فرد نیازمند پیوند باشد علاوه بر معاینت چشمی از نظر بیماری‌های سیستمی به ویژه دیابت و فشار خون نیز به دقت کنترل شود. استعمال دخانیات روی سلامت و ماندگاری پیوند اثر می‌گذارد؛ پس بهتر است مصرف دخانیات محدود یا ترجیحاً به طور کامل کنار گذاشته شود. بطور معمول، عمل پیوند قرنیه با بیهوشی عمومی انجام می‌گیرد و در مواردی که ریسک بیهوشی بالا باشد روش بی‌حسی موضعی یا تاپیکال به کار می‌رود.

بیمار بعد از عمل پیوند چه شرایطی باید می‌کند؟ آیا ضرورتی به بسترسی شدن در بیمارستان وجود دارد؟

بیمار قبیل و بعد از عمل نیازی به بسترسی ندارد. عمل پیوند بطور متوسط یک ساعت طول می‌کشد. اولین ویزیت نیز روز بعد از عمل انجام می‌شود و از آن پس مصرف قطره‌های چشمی با نظر پزشک شروع می‌شود.

دکتر سعید شاه حسینی
 فوق تخصص قرنیه



پیوند قرنیه در چه شرایطی انجام می‌شود؟

بهطور کلی ۴ دلیل عمدۀ برای انجام عمل پیوند قرنیه وجود دارد. گروه اول بیمارانی که قوز قرنیه دارند یا قرنیه آنها در اثر سوختگی شیمیایی، ضربه یا سایر عوامل دچار کدورت شده است. در این گروه از بیماران، هدف بهبود دید است.

دسته دوم بیمارانی هستند که دچار سوراخ شدگی قرنیه‌اند و باید چشم آسیب دیده حفظ شود. در این حالت قرنیه مانند یک وصله طبیعی عمل می‌کند.

مورد سوم شامل بیمارانی می‌شود که به دلیل عفونت قارچی یا باکتریال مقاوم به درمان قرنیه ممکن است کل چشم را ز دست بدهند. در این حالت با هدف درمان عفونت، پیوند قرنیه انجام می‌شود. آخرین مورد نیز برای افرادی به کار می‌رود که قرنیه سغید بدون پتانسیل بینایی دارند. در این افراد عمل پیوند قرنیه با هدف زیبایی صورت می‌گیرد.

علوه بر این موارد آیا پیوند قرنیه انواع خاصی هم دارد؟

بله؛ معمولاً پیوند قرنیه به سه نوع کلی تقسیم می‌شود. در نوع اول تمام ضخامت قرنیه تعویض می‌شود که به آن PKP می‌گویند. حالات دوم تعویض لایه‌های قدامی یا جلویی است که به آن LK گفته می‌شود و نوع آخر که منجر به تعویض لایه خلفی یا پشتی می‌شود که به آن DSAEK می‌گویند. البته با توجه به نوع بیماری، یکی از این روش‌ها انتخاب می‌شود.

شما در بین پاسخ‌هایتان به قوز قرنیه هم اشاره کردید. لطفاً

کمی بیشتر درباره آن توضیح دهید؟

قوز قرنیه یکی از بیماری‌های نسبتاً شایع قرنیه است که در آن به علت استعداد زنیکی و نیز عوامل محیطی، قرنیه چشم نامنظم و نازک شده، دید بیمار کاهش می‌باشد. در این هنگام روش‌های مختلفی برای جلوگیری از پیشرفت و بهبود نسبی دید وجود دارد؛ لیکن در بیماری که این روش‌ها برای تأمین دید کافی ناکارآمد باشند، پیوند قرنیه به عنوان آخرین گزینه می‌تواند دید فرد را در حد قابل قبولی تأمین نماید.

قرنیه مناسب از چه متابعی تأمین می‌شود؟

قرنیه مناسب توسط بانک چشم تهیه می‌شود و در هر کشوری یک یا چند مرکز برای این کار وجود دارد. در ایران یک مرکز فعلی است و به نظر می‌رسد چنانچه مراکز بیشتری وجود داشته باشد علاوه بر رقابت، پوشش بهتری به بیماران داده می‌شود. نکته مهم این که اهدا کننده قرنیه نباید لزوماً فرد دچار مرگ مغزی باشد. به همین دلیل تعداد دهنگان قرنیه بیشتر از سایر اعضاء است. البته قبل از ارسال قرنیه، انواع آزمایش‌های تخصصی از نظر بیماری‌های



سالگی که سیستم ایمنی به تعادل می‌رسد، احتمال پس زدن قرنیه کاهش می‌باشد.

افرادی که قرنیه دریافت کرده‌اند، برای فعالیت‌های روزمره خود باید به چه نکاتی توجه کنند؟

تصویبیه می‌کنم این افراد با مشورت پزشک معالج خود بعد از سه روز استحمام کنند و در ابتداء شامپوی بچه برای شستشو استفاده نمایند. همچنین آرایش چشم بعد از یک ماه امکان پذیر خواهد بود. این افراد می‌توانند کارهای سبک را بعد از سه هفته انجام دهند ولی انجام کارهای فیزیکی سنتگین را باید حداقل تا ۳ ماه به تعویق انداخت. باید فراموش شود که بیماران پیوند گیرنده باید همیشه از چشم‌های خود در برابر ضربه مراقبت کنند.

پس در این شرایط باید از ورزش کردن هم خودداری کنند؟
بطور کلی مراقبت‌های فردی برای این افراد فوق العاده اهمیت دارد و سهل‌انگاری یا بی‌مبالغه می‌باشد. نکته مهم در این مورد اینکه هیچگاه استحکام قرنیه طبیعی را ندارد. در مورد ورزش کردن، پیاده‌روی یا رفتن مشکلی ایجاد نمی‌کند اما ورزش‌های سنتگین حداقل تا ۳ ماه و استخراج فتن تا چندماه باید متوقف شود، در غیر این صورت احتمال باز شدن بخیه‌ها وجود دارد.

موفقتی این‌گونه عمل‌ها چقدر است؟

عمل پیوند قرنیه نسبت به سایر پیوندهای موقتی بالایی دارد و احتمال پس زدن آن خیلی کمتر است و در مواردی که همه چیز خوب باشد احتمال پس زدن فقط ۲۰ تا ۴۰ درصد تخمین زده می‌شود. نکته مهم در این مورد اینکه باید انتظار بیمار از دید بعد از عمل معقول باشد و نباید تصویر شود بالا قابل بعد از عمل دید مناسب به دست می‌آید. تأکید می‌کنم آخرین راه درمان، پیوند قرنیه است. برای به دست آوردن دید مناسب ممکن است به چندین ماه زمان نیاز باشد. ناگفته نمایند حدود ۲۵ درصد بیماران با عنیک هم دید قابل قبولی پیدا نمی‌کنند و باید از لز سخت استفاده نمایند.

اگر قرنیه پس زد چگونه می‌توان آن را راترمیم کرد؟

اگر بیمار به موقع به پزشک مراجعه کند، مشکل با درو به راحتی قابل کنترل است و در صورت تأخیر احتمال بهبودی کاهش می‌باشد. اگر افراد پیوند گرفته بشی از چند ساعت با تاری دید، اشک‌ریش و قرمزی چشم مواجه شدند بالا فاصله باید به پزشک مراجعه کنند.

پیوند قرنیه مصنوعی چه شرایطی دارد؟

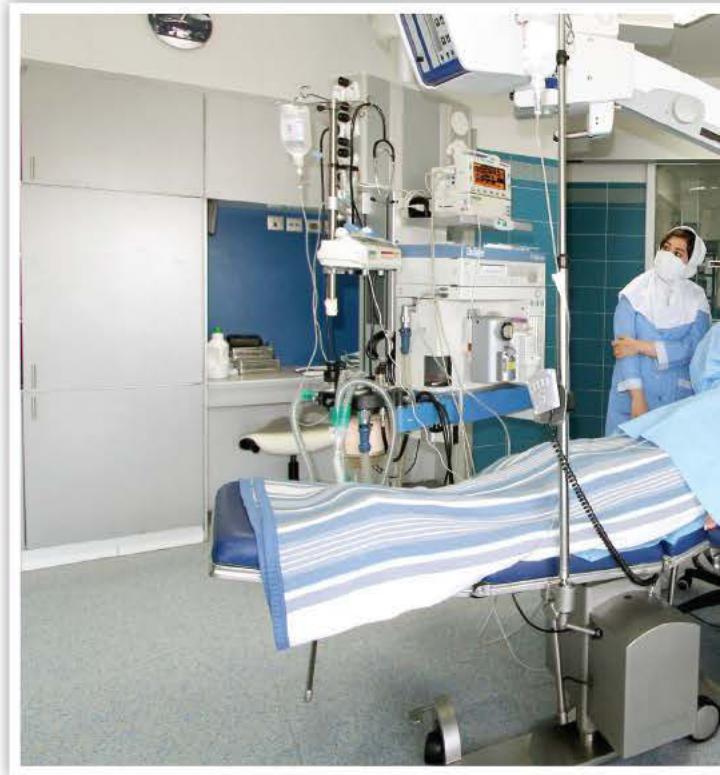
قرنیه مصنوعی مزیتی نسبت به قرنیه طبیعی ندارد و در موارد خاصی باید از آن استفاده کرد. همواره اولویت با قرنیه طبیعی است زیرا این قرنیه جزیی از بافت زنده بدن بوده و سلول‌های آن می‌توانند دیواره تجدید شوند. قرنیه مصنوعی هنوز به این مرحله از رشد نرسیده و معمولاً برای افرادی توصیه می‌شود که بیوند قرنیه طبیعی در آنها ناموفق است. در بیوند قرنیه مصنوعی مراقبتها سخت‌تر و طول عمر پیوند کوتاه‌تر است و به راحتی با بافت میزان ارتباط برقرار نمی‌کند. در ضمن هزینه بیشتری هم دارد.

در پایان بد نیست به تغذیه بیماران پیوند گیرنده هم اشاره کنید؟

سوال خوبی پرسیدید؛ نوع تغذیه بعد از عمل پیوند قرنیه بسیار مهم است. باید همه مواد غذایی مورد نیاز بدن به ویژه سبزیجات و میوه‌ها که سرشار از ویتامین‌ها و املال ضروری اند به اندازه کافی مصرف شوند. البته خود درمانی و زیاده روی در مصرف ویتامین‌ها به صورت دارو مضر است و می‌تواند باعث بروز خشکی چشم و مشکلات پوستی گردد. در این بخش هم باید مانند همیشه با مشورت پزشک اقدام شود.

معاینه‌های دوره‌ای چطور؟

به نکته خوبی اشاره کردید. در هفته‌های نخست بعد از عمل، بیمار هر چند روز یک بار نیاز به معاینه دارد. در ماه‌های نخست هر چند هفته یک بار و بعد آن هر چند ماه یک بار این معاینه‌های تجدید می‌شود. در این مورد ضربالمثل وجود دارد با این مضمون «بیماری که پیوند قرنیه می‌گیرد باید با پزشک خود نیز پیوند بخورد» تا اگر مشکلی پیش آمد به سرعت تشخیص داده شده و برطرف گردد، در غیر این صورت ممکن است پیوند قرنیه با شکست مواجه شود.



آیا این مراقبت‌ها در هر سنی ضروری است؟

بله، البته معمولاً سن کاندیدا هر قدر بالاتر باشد احتمال پس زدن قرنیه کمتر است؛ شاید به این علت که سیستم ایمنی بدن حساسیت کمتری نشان دهد. در کودکان احتمال پس زدن نسبتاً بالاست. بطور معمول از سن ۲۰

نکته‌های پیوند

□ فرد نیازمند پیوند باید علاوه بر معاینه‌های چشمی از نظر بیماری‌های سیستمی به ویژه دیابت و فشار خون نیز به دقیق تر می‌گذرد. دخانیات روی سلامت و ماندگاری پیوند بدها موقتی بالایی دارد و

□ عمل پیوند قرنیه نسبت به سایر پیوندهای موقتی بالایی دارد و احتمال پس زدن آن خیلی کمتر است و در مواردی که همه چیز خوب باشد احتمال پس زدن فقط ۲۰ تا ۴۰ درصد تخمین زده می‌شود.

□ قرنیه مصنوعی مزیتی نسبت به قرنیه طبیعی ندارد و در موارد خاصی باید از آن استفاده کرد. همواره اولویت با قرنیه طبیعی است زیرا این قرنیه جزیی از بافت زنده بدن بوده و سلول‌های آن می‌توانند دیواره تجدید شوند.

□ نوع تغذیه بعد از عمل پیوند قرنیه بسیار مهم است. باید همه مواد غذایی مورد نیاز بدن به ویژه سبزیجات و میوه‌ها که سرشار از ویتامین‌ها و املال ضروری اند به اندازه کافی مصرف شوند.

برای ویزیت و مشاوره در مورد پیوند قرنیه با شماره (۸۲۴۵۰) تماس بگیرید.

پایان شب سیه، سپید است



کمبینایی چیست؟

□ کم بینایی از دست دادن حدی از بینایی است که فعالیت های روزانه را مختل می کند. فرد کم بینا در انجام کارهایی همچون تماشای تلویزیون، مطالعه کردن، نوشتن، تشخیص چهره ها و امور مشکل می شود. زمانی که دیدبیمار با بهترین عینک، عدسی تماسی، درمان های دارویی یا جراحی بیهوش نیابد، بایستی با استفاده از توپخانی کم بینایی دید و استقلال فرد را حفظ کرد.

کم بینایی عمدتاً در بین افراد میانسال و سالمند شایع است و بیشتر مرتبط با بیماری های چشمی وابسته به سن مانند دیتروسیون ماکولا می باشد. البته کم بینایی در کودکان نیز به دلایل مادرزادی دیده می شود، هرچند که شیوع کمتری دارد.

می گیرد، عبارت است از: توجه به نیازهای اجتماعی و شغلی، مدت بیماری، وسعت ضایعه روی شبکه و سازگاری بیمار با شرایط.

وسایل کمک بینایی به ۳ دسته کلی قابل تقسیم هستند:

■ وسایل کمبینایی اپتیکی و الکترونیکی (انواع نلسکوبها، میکروسکوپها، ذره بین ها و دوربین های مداربسته)

■ وسایل کمبینایی غیراپتیکی (فیلترها، عینک های آفتابی)

■ وسایل کمکرندگانی (که از نظر پژوهشکی نیازی به تجویز نیست اما استفاده از آنها به بیهوش کیفیت زندگی فرد کمک می کند؛ مانند ساعت های سخن گو، نرم افزارهای تبدیل متن به آواو...).

عبداللهی نیا خطاب به افراد کم بینا تأکید می کند: شما باید از خود مراقبت کنید و همچنان با اعتماد به نفس در جامعه حضور فعال داشته باشید. تا در چار افسرده و از نزاکت نشود. منگرانی ها، خشم و نالمیدی شما را در مورد از دست دادن بینایی تان درک می کنند و تمام تلاش مان این است که با استفاده از داشت اپتومتریست های مجروب، بکار گیری درمان های بازتوانی بینایی مناسب و استفاده از وسایل کمک بینایی به روز نداشته باشیم. امید و شادی را به شما هدیه دهیم، وی می افزاید: همه ما باید به یاد داشته باشیم که هدف از درمان کم بینایی، استفاده از دید باقی مانده برای انجام فعالیت های روزمره و حفظ استقلال شخص کمبینایی است. مامی دانیم که کم شدن بینایی، دید فرد را در گرگون می کند، لیکن همه سعی مان این است که نگذاریم این اتفاق سبک زندگی وی را نیز تغییر دهد. در این مورد نکته حائز اهمیت این است که شرط موققت است: آمیز بودن استفاده از وسایل کمبینایی، به جز تجویز وسیله مناسب از سوی درمانگر، انجیزه بیمار در استفاده از این وسایل می باشد؛ این انجیزه در تضمین نتیجه بسیار مؤثر است. بیمار باید پذیرید که ضرورت دارد شرایط فعلی اش را تغییر دهد و امید داشته باشد این وسایل به بیهوش دیدیش کمک می کند.

مسئول کلینیک کمبینایی تأکید می کند: جدای از همه این موارد، نیز در این بین بسیار مهم است: آنها باید بیاموزند استقلال فرد کم بینا را نگیرند و کمک های شان از روی ترحم نباشد تا او را به انزوا نکشند و در بین افسرده گرفتار شوند. باید به او اجازه شرکت در فعالیت های اجتماعی را بدهند و اگر وسیله کمبینایی تجویز می شود، بیمار را ماجاب کنند که با ظاهر متفاوت هم نوان برای جامعه مفید واقع شد. مجموع این تلاش ها کمک می کند تا به تدریج دیدگاه سایر افراد نیز نسبت به کمبینایی تغییر کند.

در ناممیدی بسی امید است "باور ندارید" یک تک پا تشریف بیاورید به کلینیک کمبینایی باشید که بیمارستان نور تا خودتان شاهد کسانی باشید که نالمیدی شان به امید تبدیل می شود و در می باشد از باقیمانده بینایی شان می توانند به بهترین وجه ممکن استفاده کنند. اینجاست که شاید خیلی از آنها پس از خروج از کلینیک کمبینایی مجموعه نور با ما هم عقیده شوند که "پایان شب سیه سپید است": مثل بالوی که در میان هق هق گریه خوشحالی اش می گفت بعد از ۴ سال دوباره صورت فرزندانش را می بینند یا پسر چهای که کمبینایی حرفیش نشد که او را ز پشت نیمکت مدرسه، به گوشه عزلت بکشاند و مهر "ترک تحصیل کرده" بر پیشانی اش بزند. با وجود پیشرفت های

روزافزون در حیطه چشم پزشکی امروز ایران، همچنان بیمارانی هستند که از دید کم رنج می بزنند و درمان های مختلف را ازسوی چشم پژوهان متععدد را بافت کرده اند لیکن هنوز به دید کارآمد و دلخواه خود دست نیافریده اند. متأسفانه بسیاری از افراد کم بینا از درمان های بازتوانی کم بینایی مطلع نیستند و شاید علت آن وجود تعداد انگشت شمار کلینیک های کم بینایی در ایران باشد که چندان هم شناخته شده نیستند. کلینیک کمبینایی بیمارستان چشم پزشکی نور از فعال ترین کلینیک های کم بینایی ایران به شمار می آید. همکاران این کلینیک افتخار می کنند که لب خدر را بر این افراد کم بینا و خانواده هایشان شناخته اند و امید را به زندگی آنها برگردانده اند. طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، کم بینایی کسی اطلاق می شود که بهترین دید تصحیح شده در چشم قوی تر ش بهتر از ۲۰/۳۱۰ و میدان دید اول در چشم بهتر کمتر از ۲۰ درجه باشد. کم بینایی علاوه بر کاهش دید و عملکرد سیستم بینایی، میدان دید و حساسیت کتراست را نیز کاهش می دهد و گاه دوبینی، هالوبینی و ترس از نور را به همراه دارد که روزی فعالیت روزمره فرد کم بینا اثر جدی می گذارد. پخش ایتمورتی بیمارستان نور، اولین پخشی است که پرسنل آن کمبینایان را نیز معاینه می کنند. در مرحله بعد چشم پزشک، سلامت قرنیه، شبکیه و فشار چشم را بررسی می کنند. پس از آن درمان آغاز خواهد شد و اگر درمان باعینک، عدسی تماسی، استفاده از دارو یا جراحی نتیجه مثبت نداش بیمار به کلینیک کمبینایی ارجاع می شود.

از اینجا به بعد وظیفه کلینیک کمبینایی در خدمات رسانی به چینی بیمارانی آغاز می شود. عبداللهی نیا مسئول کلینیک کمبینایی بیمارستان نور در این مورد چنین توضیح می دهد: از بدو ورود افراد کم بینا به کلینیک، وضعیت حرکتی آنان در نظر گرفته می شود که آیا بیمار، توانایی را رفتن به تهیایی را دارد یا حتماً باید کسی همراهی اش کند. وضع روحی فرد هم بسیار مهم است: اینکه آیا بیمار این اگاهی دارد، آن را پذیرفته و یا آن کنار آمده با خیر. در کلینیک کمبینایی با توجه به تاریخچه کامل بیماری، شامل مدت زمان ابتلاء به کمبینایی، درمان های انجام شده و سابقه استفاده از وسایل کمک بینایی، معاینات حدت بینایی دید دور و تزدیک انجام می شود. البته با توجه به وضع بیمار، ممکن است تست میدان بینایی، دید رنگ، حساسیت کتراست و ... هم انجام پذیرد. پس از این مراحل، بای

کلینیک کمبینایی بیمارستان نور همه روزه به جز جمعه ها از ساعت ۸ تا ۱۲ و ۱۴ تا ۱۸ فعال است. پذیرش تلفنی از طریق شماره تلفن ۸۲۴۰۰ و پذیرش اینترنتی با مراجعته به نشانی www.noorvision.com انجام می شود.





کمرا

غلبه بر پیرچشمی

از کمرا بیشتر بدانیم

از سال ۹۱، پا به پای روز ترین مراکز فوق تخصصی چشم پزشکی دنیا، امکان جراحی اصلاح پیرچشمی با بهره گیری از لیزر فمتوسکنند و Inlay (درون - کاشت) قرنیه‌ای کمرا، در بیمارستان چشم پزشکی نور فراهم شده است. در این مدت جمعی از هموطنان عزیز با انجام این جراحی نوین، از وابستگی به عینک مطالعه و عینک دید نزدیک رها گشته و بر پیرچشمی چیره شده‌اند و اینک روز به روز بر مقاضیان این جراحی افزوده می‌شود. در شماره نخست نشریه نور، به تفصیل به مکانیسم کارکرد، تکنیک جراحی و شرایط مطلوب افراد کاندیدا برای کمرا پرداختیم. در این نوشتار مختصراً، مروری داریم بر مجموعه‌ای از رایج‌ترین سوالات مراجعین متضادی کمرا؛ چرا که شاید شما نیز با همین سوالات مواجه شده باشید.

چنان‌چه پیش از این لیزیک کرده باشم می‌توانم کاندیدای کمرا باشم؟

بوده و پس از انجام می‌توانید بیمارستان را ترک کنید.
پس از عمل، چه مدت طول می‌کشد تا از عینک دید نزدیک رها شوهد؟

چندین عامل در روند بهبود دید پس از جراحی نقش کلیدی دارند. تختین و مهم‌ترین عامل، سرعت بهبود اتصال الایاف سطحی قرنیه (فلپ) به بستر زیرین آن است که این روند در افراد مختلف با سرعت متفاوتی پیش می‌رود. برخی از مراجعین با فاصله‌ای ادنک (در حد دو الی سه هفته) به دید نزدیک واضح می‌رسند. در حالی که در برخی دیگر این روند، زمان بیشتری طول می‌کشد. ولی در مجموع، دقت در رعایت دستورات دارویی ارائه شده، حتی الامکان عدم استفاده از عینک مطالعه و همچنین انجام صحیح تمرینات پس از عمل، نقش مهمی در بهبود سریع تر دید نزدیک دارند.

چنان‌چه در آینده به کاتاراکت (آب مروارید) مبتلا شوم، آیا کمرا مانع برای عمل کاتاراکت نیست؟

خیر. وجود کمرا در قرنیه، مانع در معاینات چشمی و انجام اعمال جراحی نظر کاتاراکت نخواهد بود.

آیا خود من هم می‌توانم کاری کنم تا به بهترین نتیجه حاصل از عمل برسم؟

قطعاً. مراجعة منظم به چشم پزشک طبق برنامه، انجام دقیق تمرینات و از همه مهم‌تر پریروی دقیق از دستورات دارویی ارائه شده نقش مهمی در سرعت روند بهبود دید دارند. در کتاب این موارد، پرهیز از مالش چشم و عدم انجام ورزش‌های پر خطر برای چشم، تا بهبود کامل نیز مهم است.

برای اطلاعات بیشتر و دانستن این که آیا کمرا برای من مناسب است چه کنم؟

اما مراجعة به وب سایت بیمارستان چشم پزشکی نور، به آدرس - www.noo-vision.com می‌توانید با جزئیات تکنیک جراحی کمرا، مکانیسم و ساختار آن و شرایط مناسب کاندیدا شدن برای انجام جراحی آشنائی‌سید. در صورت تمایل به مراجعة حضوری، تلفن ۰۲۴۰۰۸۲۴۰۰ تماس بگیرید تا وقت ملاقات حضوری با تیم تخصصی کمرا، در کمترین زمان برای شما در نظر گرفته شود.

بلی، بسیاری از متقاضیان کمرا، در سال‌های پیشین با انجام جراحی اصلاح عیوب انکساری (لیزیک، لازک و PRK)، از عینک بی نیاز بوده‌اند. اما اکنون با رسیدن به سن

بروز پیرچشمی، برای دید نزدیک به عینک مطالعه وابسته شده‌اند. انجام پیشین این اعمال مانع برای جراحی کمرا نمی‌باشد.

خیر. اعمال جراحی اصلاح عیوب انکساری (نظر لیزیک، لازک، PRK و حتی فمتولیزیک)، با اصلاح نزدیک بینی، دورینی و یا آستین‌گاتیسم، قدرت انکساری و شکل قرینه را به حالت مطلوب می‌رسانند. ولی در پیرچشمی، به دنبال افزایش نسبی سن، به مرور قابلیت تطبیق عدسی از دست می‌رود. در این وضعیت، حتی بسیاری از افرادی که در تمام طول زندگی دید دقیق و کاملی داشته و از عینک بی نیاز بوده‌اند نیز در حین مطالعه، نوشتن، کار با تلفن همراه و... با مشکل مواجه می‌شوند.

آیا با گذر زمان، نیازی به تعویض کمرا هست؟

خیر. کمرا از سازگارترین پلیمرهای زیستی تهیه شده و کارگذاری آن باهدف حضور همیشگی در قرنیه است و نیازی به تعویض نخواهد داشت.

آیا کمرا توسط دیگران قابل مشاهده است؟

طراحی کمرا به شکلی است که در مرکز چشم قرار می‌گیرد و هم رنگ بودن آن با تیرگی مردمک سبب می‌شود که در شرایط روزمره و فوائل معمول، غیر قابل تشخیص باشد.

چه مدت پس از جراحی می‌توانم به سر کارم برقگردم؟

بهره گیری از لیزر فمتوسکنند در جراحی کمرا و عدم به کار رفتن هرگونه تیغ، سبب می‌شود که میزان دستکاری قرنیه به حداقل رسیده و در اغلب موارد، بیمار با قابل

ساعت می‌تواند فعالیت‌های روزمره را از سر برگیرد. در این تکنیک هیچ نیازی به بخیه یا پانسمان پس از عمل وجود ندارد.

آیا جراحی کمرا بیاز به بیهوشی دارد؟

خیر. جراحی کارگذاری کمرا با قطره بی‌حسی موضعی انجام شده و در طی جراحی کوچک‌ترین دردی حس نخواهد کرد. طول زمان جراحی حدود ۱۵ الی ۲۰ دقیقه



ذره کوچک در دسر بزرگ

روپک پیر
چشم پزشک



می‌تواند باعث خراشیدگی بیشتر قرنیه شود و هم ممکن است در قرنیه عقوبت ایجاد کند پس اگر متوجه شدید که چیزی به سطح چشمتان چسبیده است اصل‌آنان را بست کاری نکنید و حتماً در حداقل زمان به چشم پزشک مراجعه کنید. چشم پزشک می‌تواند با کمک قطره‌بی‌حس کننده و با وسایل استریل، پلیسه را از روی قرنیه برداشد یعنی آنکه آسیب بیشتری به بافت قرنیه وارد شود.

البته اگر پلیسه فازی چند ساعتی روی قرنیه بماند و زنگ بزند دیگر به راحتی جدا نمی‌شود و ممکن است تراشیدن کامل آن از روی قرنیه به دو سه بار مراجعه نیاز داشته باشد.

اما زیر گرد و خاک و پلیسه که بگذریم شاید ناخوشایندترین چیزی که می‌تواند وارد چشم شود نوزاد مگس است. بهله، تعجب نکنید. نوزاد مگس! شاید بد نباشد شما هم بدانید بعضی از انواع مگس‌ها در حین حرکت روی چشم افراد تخم ریزی می‌کنند. این حالت بیشتر در فصل تابستان و در محیط‌های بسیار آلوده رخ می‌دهد. در صورت بروز این اتفاق، از دو سه ساعت پس از تخریزی مگس، لاروهای کوچک از تخم خارج شده، شروع به حرکت می‌کنند و باعث قرمزی، آبریزش و تحریک بسیار شدید چشم می‌شوند. به علاوه فرد مبتلا حرکت لا روحه را حس می‌کند که احساسی بسیار ناخوشایندی است.

خوشبختانه چشم پزشک می‌تواند به راحتی این لا روحه را از چشم بیمار خارج کند (افرادی که دچار این مشکل شده‌اند تا چند روز بعد از آن، همچنان توهمند که چیزی توی چشم‌شان حرکت می‌کند، که ابتدا واقعیت ندارد) به هر حال، اگر چیزی توی چشم‌تان رفت، لطفاً آن را دستکاری نکنید، اگر با شست و شوی ساده بیرون نیامد حتماً به چشم پزشک مراجعه کنید.

تاحالا برایتان پیش آمده که وقتی در یک روز تابستانی مشغول قدم زدن توی پارک هستید یک دفعه طوفان بشود، گرد و خاکی حسایی به هوا بلند شده و یک ذره خاک برود توی چشم‌تان؟ خوشبختانه بیشتر وقت‌ها چند پلک زدن و چند قطره اشک برای بیرون آمدن این ذره خاک کافی است. اما گاهی همین ذره کوچک پشت پلک گیر می‌افتد و دنیارا به چشم آدم نیره و تار مکنید.

در چندین موقعی مالیدن چشم نه فقط آن جسم ریز از چشم بیرون نمی‌راند بلکه باعث می‌شود ذره خارجی سطح قرنیه را خراش دهد. این خراش هم یعنی تحریک شدن و ناراحتی شدید چشم. پس اگر چیزی توی چشم‌تان رفت و بایک بار شست و شوی ساده خارج نشد برای جلوگیری از آسیب بیشتر حتماً به چشم پزشک مراجعه کنید. چشم پزشک می‌تواند به راحتی با برگرداندن پلک به بیرون، پشت پلک را معاینه کند و ذره خارجی را از جایی که گیر افتاده بردارد.

معمولًا افراد با دیدن این ذره بسیار کوچکی که پشت پلک جا خوش کرده بوده تعجب می‌کنند و باورشان نمی‌شود که ذره‌ای به این کوچکی بتواند این همه درد و ناراحتی ایجاد کند. اما حقیقت این است که چشم و به خصوص بافت قرنیه حساس‌ترین بخش بدن است که بیشترین تراکم پایانه‌های حسی را در خود جای داده است و به همین دلیل هر تحریک کوچکی می‌تواند درد شدیدی در آن محل ایجاد کند.

اما اتفاق کمی بدتر آن است که جسم خارجی که وارد چشم شده به سطح قرنیه

پچسبید. این حالت بیشتر در کسانی رخ می‌دهد که مشغول جوشکاری یا استگ تراشی

هستند و تراشه (پلیسه) فلزی یا استگ به چشم‌شان می‌باشد. پلیسه‌های داغ فازی قرنیه

رامی سورانند و محکم به سطح قرنیه می‌چسبند؛ در نتیجه چندان به راحتی از روی

قرنیه جدا نمی‌شوند. دست کاری این پلیسه‌ها با وسایل غیراستریل و غیراستاندارد هم

سوال از شما پاسخ از ما

همه ما سوال‌هایی در مورد سلامت چشم و پیشگیری از بیماری‌های آن در ذهن داریم؛ سوال‌هایی که پاسخ دقیق و صریح به آنها کمک شایانی به مرابت‌های اولیه و مراجعه به موقع برای پیشگیری و درمان خواهد داشت. در این بخش، متخصصان بیمارستان نور به برخی از شایع ترین سوال‌های شما پاسخ می‌دهند. برای طرح سوال‌های تان به سایت بیمارستان مراجعه کنید. نشانی سایت هم از این قرار است: www.noorvision.com

اشک به هر دلیلی (مانند برخی بیماری‌های روماتیسمی) کمتر ترشح شود و یا کیفیت آن تغییر کند و یا اگر سرعت تبخیر اشک چشم زیادتر از حد معمول شود (به عنوان مثال به علت بیرون زدگی چشم‌ها در بیماران تیروئید)، علائمی که برشمردید بروز می‌کند. کار با رایانه و یا مطالعه، به دلیل تیز به تمرکز زیاد، منجر به کاهش پلک زدن می‌گردد که این خود باعث تسریع تبخیر اشک و کاهش تولید آن می‌شود. به هر حال مسائل ذکر شده بیشتر متوجه به آزار و اذیت فرد شده و کمتر به چشم و بافت‌های آن آسیب می‌رساند.

بهترین روش درمان این موارد هم پلک زدن بیشتر در موقع کار دقیق چشمی (مانند کار با کامپیوتر یا مطالعه) و شست و شوی این عضو حیاتی با آب و لرم است.

دکتر کاغذ کنایی

چشم پزشک



مدتی است که در چشممان خود احساس ناراحتی می‌کنم و دچار سوزش چشم شده‌ام. چشممان قرمز شده و در یکم احساس سنگینی دارم. هنگام کار با کامپیوتور و مطالعه، این مشکل دوچندان می‌شود، مشکل چیست؟ برای درمان آن چه راه حلی پیشنهاد می‌دهید؟

این موارد بیشتر نشان دهنده مشکلات اشکی و سطح چشم است. اگر

زمین انسان‌ها

«من بیان را دوست داشتم، شب‌ها را در مناطق یاغی نشین گذراندم و صبح در این پنهان زین که باد همچون دریا مواجه ساخته بیدار شدم و وزیر هوایی خود خفته در انتظار کمک مانده‌ام، اما این بار کار صورت دیگری دارد. برداخته تبهه‌های گبدگون راه می‌رویم، زمین شترزایست که



یکسره از سنگ‌های سیاه و براق پوشیده شده است، گویی فلسفه‌ای فلزنی و این گتبدها در اطراف ما همچون زره می‌درخشنند. ما در جهانی کانی فرو افتاده‌ایم، در افقی از کران تا کران آهن زندانی شده‌ایم».

«زمین انسان‌ها» کتاب جالی از «آنتوان دوستانت اگزوپری» است و هر بار که می‌خوانم نظرم نسبت به جهانی که در آن حضور دارم و زندگی می‌کنم تغییر می‌کند. اگزوپری در این کتاب همچون شازده کوچولوی مشهورش در استفاده از کلمات و سوساس زیادی داشته است، به طوری که خواننده واژگان زندگی و روزمرگی‌هاش را در سراسرمان به خوبی احساس می‌کند.

آنتوان در این کتاب بسیار ادیبانه کلمات را در کار هم قرار داده تا تصویر روشنی از «زمین انسان‌ها» ارائه دهد و به ما بگوید انسان بی‌پناه، در جهانی بی‌رحم و در میان طوفانی سهمگین باشد میدان نبردی سخت زندگی می‌کند و با همه این دشواری‌ها، گاهی اسوه‌ده خاطر و بی‌خیال به کشف رازها و شگفتی‌های می‌پردازد. او در این کتاب باز جهان مادی و مکانیکی فراتر گذاشته و همه چیز را از دید باریک بین و پنهان خود می‌بیند. سروش حبیبی این کتاب را در ۱۹۰ صفحه ترجمه و انتشارات نیلوفر آن را منتشر کرده است.



دریند، فیلم منتخب پاییز

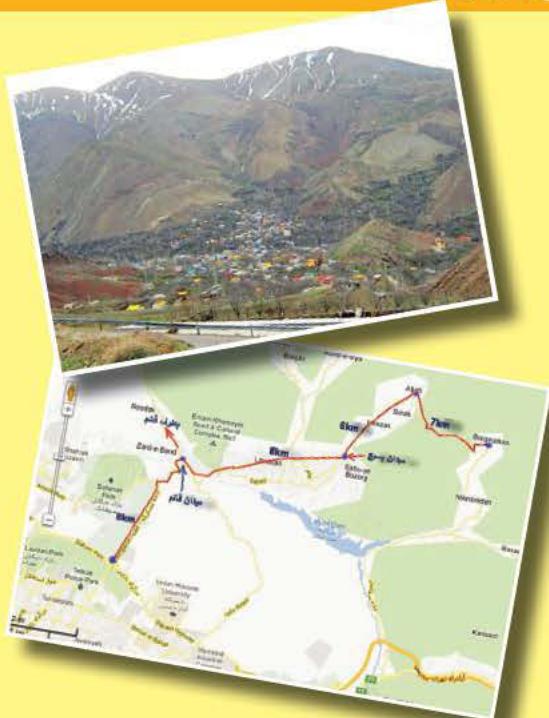
فصل گذشته اکران فیلم‌های سینمایی با دو کاندیدای پرفروش یعنی «بر روی کاج‌ها» به «کارگردانی پیمان معادی» و «گذشته» به کارگردانی «اصغر فرهادی» سیری شد و نام آنها را در باشگاه میلیاردی‌های سینمای ایران ثبت کرد.

اگر موفق به دیدن این فیلم‌های نشده‌اید، حتماً آنها را ز شبکه ویدئوچانگی تهیه کنید. اما برای فصل جدید

«دریند» به کارگردانی «پرویز شهبازی» را در فهرست فیلم‌های منتخب قرار می‌دهیم. داستان فیلم به انقالات پیرامون زندگی دانشجویی یک دختر جوان می‌پردازد و در فضایی بسیار روان واقع‌بینانه مخاطب را با خود همراه می‌کند. امیدواریم دیدن این فیلم، خاطره‌ای خوش در ذهن تان بنشلد.



برگ جهان روستایی کوچک در پیشانی تهران



روستای هزارنگ «برگ جهان» در شمال غربی لواسان و مشرف به دامنه جنوبی رشته کوه‌های البرز قرار دارد و از قدمت تاریخی خاصی برخوردار است. کاوش‌های صورت گرفته و کشف ظروف و اشیاء سفالی از لایه‌های عمیق زمین، ساقه کهنه این روستای کوهستانی را به خوبی روشن می‌کند؛ هر چند که طه دهه‌های اخیر اغلب بناهای اصیل آن تخریب و جای آنها را ساختمانه‌های متعدد و مدرن امروزی گرفته است.

گردشگرانی که برای اولین مرتبه به این روستا قدم می‌گذارند در ابتدای ورود با فضایی برگ‌رفته از طبیعت خاص شمال کشور روبرو می‌شوند. حتی این تشابه در ارتباط با اهالی که با گویش‌هایی شبیه به مازندرانی صحبت می‌کنند کاملاً مشهود است. روستای کوهستانی برگ جهان با چشم اندازهای جذاب، ارتفاعات گستره، باغات سرسیز، مزارع پیرامون، حواشی رودخانه برگ جهان و مسیرهای زیبای کوچه باغ‌های روستا یکی از زیباترین و جذاب ترین روستاهای استان تهران به شمار می‌آید. این روستای زیبا با مناظر دلفریب و جلوه‌های کم نظر بهویزه در بهار و پاییز هزارنگ گردشگر شهری را به سوی خود جلب می‌کند. پیشنهاد می‌کنیم یکی از روزهای تعطیل پاییزی را به دیدار از این روستای کهن و بسیار زیبا اختصاص دهید و از طبیعت رنگارنگ آن لذت ببرید. فقط کافیست از مسیر گردنه قوچک، جاده گلن‌دوك به افتحه بروید وارد برگ جهان شوید.

”عادل فردوسی پور“ در مجموعه نور

با او که مو را از ماست می کشد

عادل فردوسی پور متولد مهرماه ۱۳۵۳ در تهران و البته رفسنجانی الاصل است. از روزی که تلفن همراه آمده او شماره اش را عوض نکرده، با اینکه این شماره نزد خیلی ها لورفته است. او با این شماره تلفن افکار عمومی درباره برنامه نود را سپک و سنگین می کند. حتی می دانید برنامه اش رکورددار بیامک است. اگر قرار باشد کسانی را که بیشتر اوقات خنده به لبانشان دوخته شده معرفی کنیم، بی شک عادل فردوسی پور با آن قیقهه های معروفش، در این زمینه یک سرو گرد با التر از همه است. این روزنامه نگار، مترجم، مدرس دانشگاه و مجری تلویزیون یک روز گذرش به بیمارستان نور افتاده و همکار ما با این چهره آشنا که برخلاف آنچه در برنامه تلویزیونی به نظر می رسد، قدری خجالتی، واقعاً سریه ریز، کم حرف و انتقاد پذیر است، جند دقیقی ای همکلام شد. حاصل این گفت و گویی کوتاه را با هم می خوانیم.



شما به رگ‌گویی و صراحت لهجه بین اهالی رسانه مشهورید. پس بی رو در بایستی امکانات بیمارستان فوق تخصصی نور را چگونه ارزیابی می کنید.

همه چیز اینجا خیلی عالی است؛ خدا را شکر. از همه پرسنل و مسئولان بیمارستان تشکر می کنم و به آنها خسته نباشید می گویم. اصلًا چرا بیمارستان نور را به بیماری که امروز به عنوان همراه در کنارش هستید پیشنهاد دادید؟

خواهرم حدود ۹ سال پیش در این مجموعه عمل لیزیک انجام داده و خیلی راضی بود. از همان موقع در ذهنم بود که نور بهترین مجموعه چشم پزشکی است. امروز هم پس از دیدن برخورد پرسنل و امکانات اینجا به درست بودن برداشتم از مجموعه نور یقین پیدا کردم. من مراکز درمانی مختلف را زیاد دیدهام اما به نظرم اینجا خیلی مرتب و منظم است.

پس اگر قرار باشد روزی چشم‌تان را عمل کنید یا خدمات چشم پزشکی بگیرید، حتماً می آینید نور، درست است؟!

(با همان قیقهه معروف) بله انشالله! ولی دعا کنید که مجبور نشوم ببایم و گذرم به اینجانب قیقداً استاد دانشگاه هستید و مهندسی صنایع خوانده اید اما انگار فوتبال و برنامه نود خیلی روی همه جواب زندگی تاثیر گذاشته است.

فوتبال همه زندگی من است. علاقه شخصیتان به جز فوتبال چیست؟

بازی هم می کنید یا فقط گزارشگری و برنامه سازی؟ بازی هم می کنم، لطفاً نپرسید طرفدار قرمز هستم یا آی! اجون جواب می دهم فرقی ندارد اما بین تیمهای خارجی لیورپول را خیلی دوست دارم.

بیمارستان فوق تخصصی نور

تهران / خیابان ولی عصر / بالاتر از ظفر / ابتدای خیابان اسفندیار
شماره تماس: ۸۲۴۰۰

www.noorvision.com

مرکز فوق تخصصی نور مطهری

تهران / خیابان مطهری / بعد از خیابان سهپوری / خیابان یوسفیان / بلاک ۱۲۱
شماره تماس: ۴۲۳۱۳

www.motahhari.noorvision.com

مرکز فوق تخصصی نور کرج

کرج / جهانشهر / میدان هلال احمر
شماره تماس: ۰۶-۳۵۸۰۰

www.alborz.noorvision.com



ساعت گم شده

یک روز پاییزی، کشاورز متوجه شد ساعتش را در انبار علوفه گم کرده است. آن ساعت معمولی اما با خاطره ای از گذشته و دارای ارزشی عاطفی بود. بعد از آن که در میان علوفها بسیار جستجو کرد و آن را نیافت از گروهی کودک که بیرون انبار مشغول بازی بودند کمک خواست و عده داد که هر کسی آن را پیدا کند جایزه ای دریافت خواهد کرد.

به محض آن که موضوع جایزه مطرح شد کودکان به درون انبار هجوم آورند و تمامی کپه های علف و یونجه را گشتند، اما ساعت پیدا نشد. کودکان با دلخوری از انبار بیرون رفتند و درست موقعی که کشاورز از ادامه جستجو ناگاید بود، پسری نزدش آمد و از اوی خواست به او فرصتی دیگر بدهد. کشاورز نگاهی به پسرک انداخت و با خود آن دیشید. ”چرا که نه؟“ کودکی صادق و مصمم به نظر می رسد.

پس کودک به تنهایی در حالی که ساعت را در بعد از آنکه زمانی در حالی که ساعت را در دست داشت، بیرون آمد. کشاورز از طرفی شادمان شد و از طرف دیگر متحیر گشت که چگونه این کودک توانسته ساعت را پیدا کند در حالی که بقیه کودکان ناکام ماندند؟ پسرک در پاسخ این سوال گفت: ”من کار زیادی نکردم؛ روی زمین نشستم و در سکوت کامل گوش دادم تا اصدای تیک تاک ساعت را شنیدم؛ در همان جهت حرکت کردم و آن را یافتم.“

وقتی که ذهن در آرامش باشد بهتر از زمانی که پر مشغله است فکر می کند. پس هر روز اجازه دهد ذهن شما اندکی از هیاهوی روزمره دور شود؛ آرامش باید و در سکوت کامل قرار گیرد و آنگاه ببینید چقدر با هوشیاری به شما کمک خواهد کرد تا زندگی خود را آنطور که مایلید سر و سامان بخشد.



نشریه داخلی
بیمارستان نور
شماره سوم
تیرماه ۱۳۹۲
زیر نظر
دکتر فرهاد رضوان
تحریریه
محمد جواد نعمتی
مریم گودرزی
اسمعیل داودی
آتلیه طراحی
طراحان سیب نقره ای

عکس
محمد رضوانی
سپهر ابطحی