

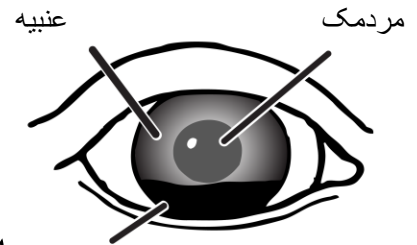
Hyphema

هایفیما

علامت هایفیما

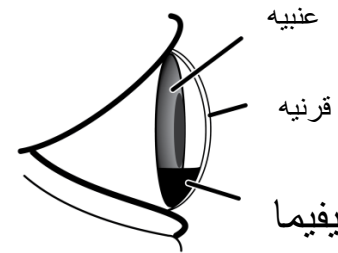
هایفیما (خوانده میشود های-فی-ما) جمع شدن یا پر شدن خون در قسمت جلوی چشم در فضای میان قرنیه و عنبیه میباشد. معمولاً خونریزی در اثر ضربه به چشم پدید میآید.

- بسته به اینکه میزان خونریزی چه اندازه بوده باشد، ممکن است در قسمت پائینی چشم در جلوی عنبیه جمع شدن خون مشاهده شود.
- در صورتیکه خون در قسمت جلوی چشم جمع شود، بینائی شما ممکن است دچار تاری و یا ابرالودگی شده یا جلوی دیدتان گرفته شود.
- ممکن است به دلیل بالا رفتن فشار چشم، داخل و اطراف چشم دچار درد شود.
- ممکن است دیدن در نور زیاد برایتان مشکل شود. (حساسیت به نور).



هایفیما

نمای روبرو چشم راست



نمای جانبی چشم راست

هایفیما

چه وقت کمک بخواهیم

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر به پزشک خانواده، چشم پزشک مراجعه کنید یا به واک- این کلینیک بروید:

درد ناگهانی شدیدی در چشم دارید. این وضعیت ممکن است به دلیل خونریزی جدید یا افزایش فشار چشم باشد.

بینائی شما تغییر کرده یا بدتر شود.

معمولاً بین 5 تا 7 روز این خون جذب میگردد. با این حال ظرف 14 روز پس از آسیب دیدگی احتمال خونریزی مجدد وجود دارد.

خونریزی ممکن است باعث بالا رفتن فشار داخل چشم بشود. فشار بسیار بالا ممکن است به دید شما آسیب بزند.

همانند هر آسیب چشمی دیگر، بزرگترین نگرانی ایجاد صدمه دائمی به چشم میباشد.

در منزل چگونه از خود مراقبت کنید

حداقل در طول 7 روز آینده:

- بر روی چشم آسیب دیده از محافظ چشمی استفاده کنید.
- چشم خود را استراحت دهید. این بدان معناست که زیاد مطالعه نکنید. می‌خواهید میزان حرکت چشم را محدود کنید.
- از قطره چشم طبق دستور استفاده کنید. مطمئن شوید که پس از ریختن قطره، دوباره محافظ چشم را بر روی چشمتان قرار داده باشید.
- در صورت احساس درد می‌توانید از استامینوفن (تایلنول یا نامهای تجاری مشابه در فروشگاه ها) استفاده کنید.
- از آس آ (آسپرین یا نامهای تجاری مشابه در فروشگاه ها) یا ایبوپروفن (مورتین، ادویل، یا نامهای تجاری مشابه در فروشگاه ها) استفاده **نکنید**. این داروها ممکن است سبب خونریزی بیشتری بشوند.
- در زمان خوابیدن از بالشهایی برای بالا آوردن سر و قسمت بالای تن به میزان حداقل 30 درجه استفاده کنید. این وضعیت به جذب خون توسط بدن شما کمک میکند.

از آسیب دیدگی چشم در آینده پیشگیری کنید

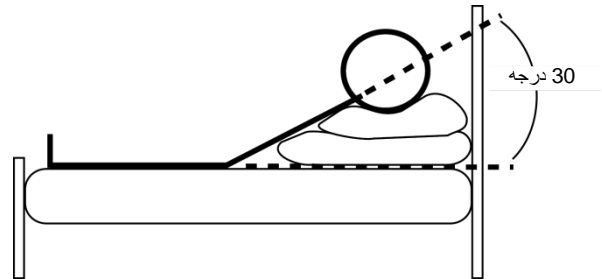
در مواقع زیر همیشه از حفاظ صورت یا عینک ایمنی استفاده کنید:

- بازیهای ورزشی
- کار کردن با ابزار برقی
- هر تکه ای که بتواند با سرعت بسیار زیاد بطرف شما پرتاب شود



برای آنکه بیشتر بدانید خوب است سوال کنید:

- از پزشک خانواده خود
- از داروساز خود
- با شماره 1-1-8 با هلت لینک بی . سی تماس بگیرید (با شماره 1-1-7 برای ناشنویان و یا کم شنوایان) و یا به آدرس اینترنتی: www.HealthLinkBC.ca سر بزنید.



**در صورتیکه پس از گذشت 7 روز هنوز وجود هایفیما را مشاهده میکنید، دستورالعملهای ذکر شده در بالا را تا وقتیکه دیگر خونی دیده نشود، ادامه دهید.

در طول 2 هفته آینده:

- هیچ نوع حرکت سنگین یا ورزش سنگین انجام ندهید. این امر به پیشگیری از خونریزی بعدی کمک میکند.