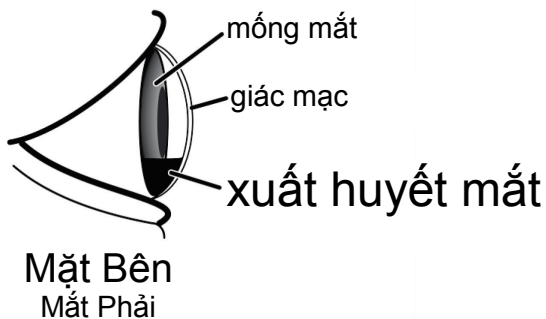
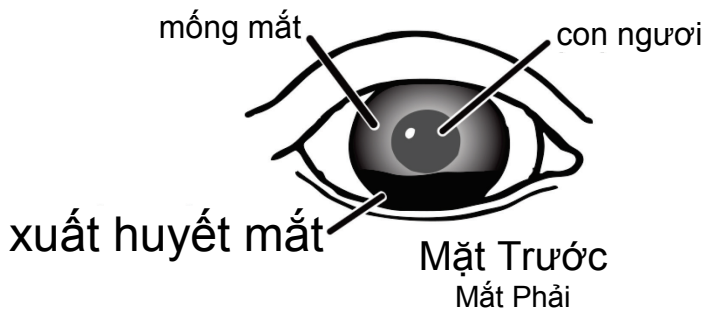


**Dịch Vụ Cấp Cứu** Emergency Services

## Xuất Huyết Mắt Hyphema

Xuất huyết mắt (Hyphema (phát âm nghe như 'high-fee-ma')) là máu tụ ở phần mặt trước của mắt, giữa giác mạc và mống mắt. Tình trạng xuất huyết này thường xảy ra khi bị đập mạnh vào mắt.



Máu tụ thường sẽ lặn sau khoảng 5 đến 7 ngày. Tuy nhiên, cũng có thể bị xuất huyết lại trong vòng 14 ngày sau khi bị thương.

Tình trạng xuất huyết này có thể gia tăng áp lực trong mắt quý vị. Áp lực quá nhiều có thể làm hư thị lực.

Cũng như bất cứ trường hợp bị thương nào khác ở mắt, mối lo ngại lớn nhất là bị hư mắt vĩnh viễn.

### Các dấu hiệu xuất huyết mắt

- Tùy theo tình trạng xuất huyết nhiều hay ít, quý vị có thể nhìn thấy máu tụ ở phần dưới trong mắt, phía trước mống mắt.
- Nếu phía trước mắt bị tụ máu, quý vị có thể thấy nhòe, mờ, hoặc không nhìn thấy.
- Quý vị có thể cảm thấy đau trong và xung quanh mắt vì tăng áp lực trong mắt.
- Quý vị có thể khó nhìn thấy khi có ánh sáng chói (nhạy cảm với ánh sáng).

### Khi nào nên nhờ giúp

Hãy đến bác sĩ gia đình, bác sĩ mắt, hoặc đến một chấn y viện không cần hẹn nếu quý vị thấy xảy ra bất cứ trường hợp nào sau đây:

- Quý vị đột nhiên bị đau nhói trong mắt. Đây có thể là dấu hiệu bị xuất huyết trở lại hoặc tăng áp lực trong mắt.
- Thị lực của quý vị thay đổi hoặc trở nên tệ hơn.

## Xuất Huyết Mắt - tiếp theo Hyphema - continued

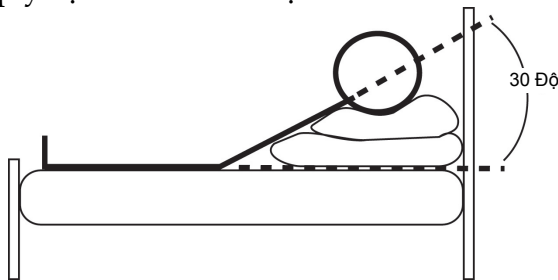
### Cách tự chăm sóc ở nhà

Trong ít nhất là 7 ngày tới:

- Đeo miếng che mắt bị thương.
- Để mắt nghỉ ngơi. Điều này có nghĩa là cố đừng đọc nhiều. Quý vị nên giới hạn mức độ cử động mắt.
- Dùng thuốc nhỏ mắt theo đúng chỉ dẫn. Nhớ đeo lại miếng che mắt sau khi nhỏ thuốc.
- Nếu bị đau, quý vị có thể uống acetaminophen (Tylenol hoặc hiệu riêng của tiệm).

**Đừng uống ASA** (Aspirin hoặc hiệu riêng của tiệm) hoặc ibuprofen (Motrin, Advil, hoặc hiệu riêng của tiệm). Các loại thuốc này có thể làm xuất huyết thêm.

- Khi ngủ, hãy dùng gối để nâng cao đầu và phần thân trên của quý vị cao hơn giường ít nhất là 30 độ. Làm như vậy sẽ giúp cơ thể quý vị làm tan máu tụ.



**\*\*Nếu quý vị vẫn có thể thấy xuất huyết mắt sau 7 ngày, hãy tiếp tục áp dụng các chỉ dẫn ở trên cho đến khi quý vị không còn thấy xuất huyết mắt nữa.**

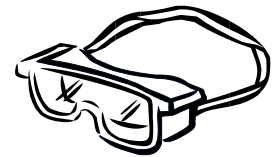
**Trong 2 tuần tới:**

- **Đừng** khiêng nhắc vật gì nặng hoặc tập thể dục nặng. Như vậy sẽ giúp ngừa xuất huyết thêm.

### Phòng ngừa thương tích mắt trong tương lai

Luôn luôn đeo kính an toàn hoặc mặt nạ che mắt khi:

- chơi thể thao
- làm việc với dụng cụ điện hoặc xăng
- bất cứ mảnh vụn nào có thể văng mạnh vào quý vị



### Muốn biết thêm, nên hỏi:

- Bác sĩ gia đình của quý vị
- Dược sĩ
- HealthLinkBC - gọi số 8-1-1 (7-1-1 cho người điếc hoặc lãng tai) hoặc trên mạng tại [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)