



# کنژنکتیویت

Persian

کنژنکتیویت (التهاب ملتحمه) یک عفونت رایج چشم است، خصوصاً در میان کودکان زیر پنج سال. این بیماری التهاب (متورم و قرمز شدن) غشای ملتحمه، که غشای شفاف پوشش دهنده بخش سفید چشم و سطح داخلی پلکها می باشد، است. بعضی وقت ها کنژنکتیویت "چشم صورتی" نامیده می شود زیرا چشم صورتی یا قرمز رنگ به نظر می رسد. درمان بستگی به نوع کنژنکتیویت که بر فرزند شما تأثیرگذار بوده، دارد. کنژنکتیویت می تواند عارضه ای عفونی یا حساسیتی باشد. کنژنکتیویت عفونی شدیداً مسری است.

## نشانه ها و علائم کنژنکتیویت

اگر فرزند شما کنژنکتیویت داشته باشد، ممکن است علائم زیر را داشته باشد:

- یک چشم (یا دو چشم) قرمز یا صورتی
- قرمزی در پیش پلک چشم
- تورم پلک های چشم، به گونه ای که باد کرده به نظر می رسند
- اشک ریزی بیش از حد
- ترشحاتی به رنگ زرد-سبز از چشم که هنگام خوابیدن فرزندتان خشک می شود، و موجب چسبندگی در اطراف پلک ها می شود
- بیضاری از نورهای تابناک (حساسیت نسبت به نور)
- احساس زبری (همانند آنکه شن و ماسه وارد چشم شده باشد)
- خارش چشم ها و مالیدن چشم.

علائم معمولاً 24 تا 72 ساعت پس از عفونی شدن چشم ظاهر می شوند، و می توانند از دو روز تا سه هفته دوام داشته باشند.

## چه چیزی باعث بروز کنژنکتیویت می شود؟

### کنژنکتیویت عفونی

عامل کنژنکتیویت می تواند یک عفونت (ناشی از ویروس یا باکتری) باشد، که بسیار مسری است. چنانچه فرزند شما با موارد زیر تماسی داشته باشد، می تواند مبتلا به کنژنکتیویت عفونی شود:

- ترشحات چشمان، بینی یا گلولی فردی مبتلا از طریق تماس، سرفه یا عطسه
- انگشتان یا اشیای آلوده
- آب آلوده یا حوله های آلوده هنگام شنا کردن.

فردی با کنژنکتیویت عفونی تا زمان ادامه ترشحات از چشم عفونی باقی خواهد ماند.

چنانچه فرزند شما کنژنکتیویت عفونی دارد، به آنها اجازه ندهید قطره چشم، دستمال، لوازم آرایش، حوله ها یا روبالشی های خود را با افراد دیگر به اشتراک بگذارند. کودکانی که دچار کنژنکتیویت عفونی هستند باید تا زمانی که ترشحات چشمان برطرف شود در خانه و دور از مرکز مراقبت از کودکان، مهد کودک یا مدرسه نگه داشته شوند. اطمینان حاصل کنید که دستان خود را کاملاً به صورت منظم می شویید تا از شیوع عفونت به سایر افراد پیشگیری کنید.

### کنژنکتیویت حساسیتی

عامل کنژنکتیویت می تواند واکنش حساسیتی نیز باشد. کنژنکتیویت حساسیتی مسری نمی باشد. احتمال بروز آن در کودکانی که سابقه سایر آلرژی ها را دارند بیشتر است. اگر کنژنکتیویت فرزند شما ناشی از حساسیت باشد، او اغلب سایر علائم تب یونجه را نیز نشان خواهد داد. علائم می توانند شامل خارش یا آبریزش بینی و عطسه، و خارش و اشک آلود بودن چشم ها شود. کودکان دارای کنژنکتیویت حساسیتی تقریباً همیشه چشم های خود را زیاد می مالند.

## مراقبت در خانه

اگر علائم خفیف باشند، پاک کردن ملایم چشمان با گوله های پنبه آغشته به آب گرم ممکن است به فرزند شما کمک کنند احساس کند بهتر شده است.

- تنها در یک جهت چشمان را پاک کنید، به سمت بیرون از داخل چشم (از بینی). چنانچه یک چشم عفونت کرده باشد، این کار از عفونی شدن چشم دیگر پیشگیری می کند.
- گوله های پنبه را هر بار به دور بیاندازید تا از عفونت مجدد پیشگیری کنید.

اقدام به پاک کردن داخل پلک های چشمان نکنید، چرا که این کار ممکن است به غشای ملتحمه آسیب وارد کند. قطرات مرطوب کننده چشمان مانند "اشک های مصنوعی" ممکن است چشمان را تسکین دهند.

آنتی هیستامین ها ممکن است بتوانند چشمان دردناک، ملتهب و خارش دار ناشی از کنژنکتیویت حساسیتی را کمک کنند. با پزشک یا داروساز خود در مورد استفاده از آنتی هیستامین برای فرزندتان صحبت کنید.

شما ممکن است شنیده باشید که شیرمادر را می توانید بر روی چشم های روغنی و چسبناک نوزاد خود استفاده کنید. شیرمادر کنژنکتیویت را درمان نمی کند و استفاده از آن بر چشم های نوزاد هیچ مزیتی ندارد، ولی انجام این کار مضر نیست. هرگز نباید از شیر خشک استفاده کنید.

## در چه زمان باید به پزشک مراجعه کنید

اگر کنژنکتیویت فرزند شما بعد از دو روز بهتر نشود، یا اگر فرزند شما هر یک از علائم زیر را داشته باشد، به پزشک مراجعه کنید:

- درد شدید
- مشکلات در دیدن/بینایی
- التهاب، قرمزی و حساسیت افزون در پلک ها و دور چشمان
- به طور کلی ناخوش است و تب دارد
- نقطه ای سفید و ماندگار در قرنیه ("پنجره" شفاف جلوی چشم).

پزشک نوع کنژنکتیویت فرزند شما را تشخیص خواهد داد و ممکن است برای کنژنکتیویت باکتریایی، درمان با قطرات آنتی بیوتیک را توصیه کند. درمان باید برای هر دو چشم انجام شود، حتی اگر فقط یک چشم به ظاهر عفونت کرده باشد. به استفاده از قطره به مدت دو روز بعد از قطع شدن ترشحات ادامه دهید.

## نکاتی مهمی که باید به یاد داشته باشید

- کنژنکتیویت می تواند عارضه ای مسری یا حساسیتی باشد. اگر عفونی باشد، اغلب بسیار مسری است.
- کودک دارای کنژنکتیویت عفونی تا زمان ناپدید شدن ترشحات چشمان عفونی مسری می باشد.
- کودکان دارای کنژنکتیویت عفونی نباید به مرکز مراقبت از کودکان، مهدکودک یا مدرسه بروند.

## برای کسب اطلاعات بیشتر

- به پزشک، پرستار مراقبت های بهداشتی مادران و کودکان یا داروساز خود مراجعه کنید.
- اطلاعات در مورد سلامتی کودکان: [تب در کودکان](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Fever_in_children) ([rch.org.au/kidsinfo/fact\\_sheets/Fever\\_in\\_children](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Fever_in_children))

تهیه شده توسط The Royal Children's Hospital تحت حمایت دولت ایالتی ویکتوریا. [rch.org.au/kidsinfo](http://rch.org.au/kidsinfo)

بازنگری شده در 2018

اطلاعات در مورد بهداشت کودکان توسط The Royal Children's Hospital Foundation حمایت می شود. برای اهدای کمک مالی، به [rchfoundation.org.au](http://rchfoundation.org.au) مراجعه کنید



سلب مسئولیت

این اطلاعات نباید جایگزین گفتگو با پزشک یا متخصص مراقبت های بهداشتی تان بشود. RCH تمامی تلاش معقول را به عمل آورده تا اطمینان حاصل کند این اطلاعات در زمان نشر دقیق و صحیح باشد. RCH مسئولیت هرگونه اشتباه، سوء تعبیر، یا موفقیت هر یک از روش های درمان مطرح شده در این برگه ها را عهده دار نمی باشد. این اطلاعات به صورت منظم به روز می شوند. همیشه برگه ها را چک کنید تا اطمینان یابید نسخه جدید را دارید.