

Οφθαλμικές σταγόνες γλαυκώματος.

Τι πρέπει να γνωρίζετε για τις οφθαλμικές σταγόνες και τον τρόπο χορήγησής τους.

Σταγόνες ματιών και γλαύκωμα

Οφθαλμικές σταγόνες, που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία του γλαυκώματος μειώνοντας την ενδοφθάλμια πίεση μέσα στα μάτια σας. Η αυξημένη πίεση των ματιών είναι ένας σημαντικός παράγοντας κινδύνου για βλάβη των οπτικών νεύρων.

Οι οφθαλμικές σταγόνες είναι η πιο κοινή μορφή θεραπείας για το γλαύκωμα. Επειδή το γλαύκωμα συχνά δεν έχει συμπτώματα, οι άνθρωποι μπορεί να μπουν στον πειρασμό να σταματήσουν να παίρνουν ή να ξεχάσουν να πάρουν τα φάρμακα / οφθαλμικές σταγόνες. Είναι σημαντικό να ακολουθείτε το πρόγραμμα και τα ραντεβού θεραπείας σας, όπως συνιστά ο ιατρός σας. Αυτό συμβαίνει επειδή το γλαύκωμα είναι μια δια βίου, συχνά προοδευτική κατάσταση και η κατάλληλη θεραπεία μπορεί να αποτρέψει την απώλεια όρασης.

Οι οφθαλμικές σταγόνες λειτουργούν με δύο τρόπους για τη μείωση της πίεσης των ματιών:

- Μειώνουν την ποσότητα του υδατικού υγρού που εκκρίνεται στο μάτι, ή
- Βοηθάει στην αύξηση της εκροής υδατικού υγρού από τη γωνία αποστράγγισης.

Περίπου οι μισοί ασθενείς δεν λαμβάνουν το φάρμακο γλαυκώματος σύμφωνα με τις οδηγίες, αυξάνοντας την ποσότητα απώλειας όρασης που προκαλείται από το γλαύκωμα.

Τι μπορώ να κάνω για να βεβαιωθώ ότι οι οφθαλμικές σταγόνες λειτουργούν αποτελεσματικά;

- Είναι πολύ σημαντικό να χρησιμοποιείτε τις οφθαλμικές σταγόνες κάθε μέρα σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού σας.
- Προσπαθήστε να χρησιμοποιείτε τις οφθαλμικές σταγόνες σας την ίδια ώρα κάθε μέρα. Ρυθμίστε ένα ξυπνητήρι στο έξυπνο τηλέφωνο ή το ρολόι σας για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας να ενσταλάξετε τις σταγόνες σας στις σωστές ώρες κάθε μέρα.
- Βεβαιωθείτε ότι οι οφθαλμικές σταγόνες είναι ενσταγμένες στο σωστό μάτι.
- Διαχειριστείτε μόνο μία σταγόνα κάθε φορά.
- Διατηρήστε το άκρο του μπουκαλιού καθαρό για να αποφύγετε τον κίνδυνο μόλυνσης.
- Εάν χάσετε μια δόση των οφθαλμικών σταγόνων, χρησιμοποιήστε τη μόλις το θυμηθείτε.
- ΜΗΝ ενσταλάξετε επιπλέον κιαλες σταγόνες για να αναπληρώσετε τη δόση που λείπει.
- Θυμηθείτε να πάρετε μια νέα ιατρική συνταγή για τις οφθαλμικές σταγόνες σας εάν γνωρίζετε ότι πρόκειται να τελιώσετε των σημερινών.

- Εάν έχετε δυσκολία στην εγκατάσταση των οφθαλμικών σταγόνων σας, σκεφτείτε να ζητήσετε από κάποιον άλλο να τα ενσταλάξει για εσάς. Ή επικοινωνήστε με το Γλαύκωμα Αυστραλίας για να ελέγξετε εάν υπάρχει διαθέσιμο βοήθημα για τη χορήγηση δόσης για να σας βοηθήσει.

Πριν από την ενστάλαξη οφθαλμικών σταγόνων

- Πάντα ελέγχετε την επιγραφή στο δοχείο οφθαλμικής σταγόνας πριν τοποθετήσετε τις σταγόνες σας. Βεβαιωθείτε ότι δεν έχουν λήξει.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε τη σωστή οφθαλμική σταγόνα και ότι είναι η σωστή ώρα της ημέρας για να την ενσταλάξετε.
- Εάν φοράτε φακούς επαφής - αφαιρέστε τους τουλάχιστον 15 λεπτά πριν. Στη συνέχεια, μπορείτε να αντικαταστήσετε τους φακούς επαφής σας 15 λεπτά μετά την ενστάλαξη των σταγόνων.
- Κρατήστε βολικό μερικές καθαρές χαρτοπετσέτες
- Πλύνετε τα χέρια σας. Αφαιρέστε προσεκτικά το κάλυμμα του δοχείου, διασφαλίζοντας ότι η άκρη του δοχείου δεν αγγίζει τίποτα για να μειώσει τον κίνδυνο μόλυνσης και μόλυνσης. Τοποθετήστε το καπάκι σε καθαρή χαρτοπετσέτα).

Πώς να ενσταλάξετε οφθαλμικές σταγόνες

Μπορείτε να επιλέξετε να κάνετε τα επόμενα βήματα όρθιοι, καθιστοί ή ξαπλωμένοι.

1. Γείρετε το κεφάλι σας ελαφρα προς τα πίσω. Τραβήξτε απαλά το κάτω βλέφαρο για να σχηματίσετε μια τσέπη (ή θήκη).
2. Με το άλλο χέρι, κρατήστε το μπουκάλι ανάποδα πάνω από το μάτι - στοχεύοντας στην τσέπη που δημιουργήθηκε από το κάτω καπάκι **ΤΟΥ ΜΑΤΙΟΥ**.. Ίσως θελήσετε να ακουμπήσετε αυτό το χέρι στο μέτωπό σας για να κρατήσετε το χέρι σας σταθερό.
3. Πιέστε απαλά το δοχείο. Προσπαθήστε να αφήσετε μόνο μία σταγόνα να πέσει στο εσωτερικό του κάτω βλεφάρου.
4. Αφήστε απαλά το κάτω καπάκι και κλείστε τα μάτια σας.
5. Πιέστε το άκρο του δακτύλου σας στην εσωτερική γωνία του κλειστού ματιού, ασκώντας ήπια πίεση στο άνοιγμα του καναλιού αποστράγγισης και κρατήστε το για τουλάχιστον δύο λεπτά για να σταματήσετε να πέφτουν οι οφθαλμικές σταγόνες μέχρι τη μύτη και το λαιμό.
6. Σκουπίστε απαλά τυχόν περίσσεια φαρμάκων που μπορεί να έχουν χυθεί στο πρόσωπό σας με καθαρί χαρτοπετσέτα.
7. Επαναλάβετε τα βήματα 1 έως 6 εάν πρέπει να ενσταλάξετε μια οφθαλμική σταγόνα στο αντίθετο μάτι.
8. Εάν έχετε έναν αριθμό διαφορετικών οφθαλμικών σταγόνων για χορήγηση, αφήστε τουλάχιστον 5 λεπτά μεταξύ κάθε διαφορετικής σταγόνας.

Παρενέργειες

Οι οφθαλμικές σταγόνες του γλαυκώματος, όπως οποιοδήποτε φάρμακο μπορούν να έχουν παρενέργειες. Μπορεί να έχετε κάποιες ανεπιθύμητες ενέργειες ή καθόλου. Σας συμβουλεύουμε να μιλήσετε στον επαγγελματία φροντίδας ματιών σας εάν αντιμετωπίσετε ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα:

- Τα μάτια φαίνονται κόκκινα, έχουν φαγούρα, είναι υγρά ή πρησμένα
- Η κόρη οφθαλμού φαίνεται να είναι μεγάλη / διασταλμένη)
- Πονοκέφαλοι ή πόνος πάνω από τα φρύδια
- Ξερό στόμα
- Αίσθημα κόπωσης, αδυναμίας ή ζάλης
- Αίσθημα νευρικότητας ή κατάθλιψης
- Δυσκολία αναπνοής
- Δυσκολία να παρατηρήσετε συμπτώματα χαμηλού σακχάρου στο αίμα εάν είστε διαβητικός
- Πιο αργό ή γρηγορότερο καρδιακό ρυθμό
- Ευαισθησία στο φως
- Αλλαγές στη γεύση των τροφίμων και ποτών



- Ένα δερματικό εξάνθημα ειδικά εάν υπάρχει αλλεργία στα φάρμακα Sulfa
- Μόνιμη αλλαγή στο χρώμα των ματιών
- Τα μάτια φαίνονται να βυθίζονται στις υποδοχές) τους δημιουργώντας εμφάνιση βαθιών ματιών

Είναι φυσιολογικό να αισθάνεστε τσούξιμο ή κάψιμο, θολή όραση ή υγρά μάτια αμέσως μετά τη χρήση οφθαλμικών σταγόνων. Μιλήστε με το γιατρό σας εάν αυτά τα συμπτώματα διαρκούν περισσότερο από το αναμενόμενο.

Μέτρα ασφαλείας

- Μην προσαρμόζετε τη συχνότητα και / ή τον αριθμό των οφθαλμικών σταγόνων που σας έχουν συνταγογραφηθεί χωρίς να συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.
- Ποτέ μην επιτρέπετε σε άλλο άτομο να χρησιμοποιεί τις οφθαλμικές σταγόνες σας και μην χρησιμοποιείτε τις σταγόνες κάποιου άλλου.
- Κρατήστε τις οφθαλμικές σταγόνες μακριά από παιδιά.
- Βεβαιωθείτε να **ΠΕΤΑΞΕΤΕ** το δοχείο οφθαλμικής σταγόνας και τα περιεχόμενα μετά την προτεινόμενη χρήση έως την ημερομηνία.
- Μην χάσετε ποτέ το προγραμματισμένο ραντεβού σας με τον επαγγελματία φροντίδας ματιών
- Πάντα να επικοινωνείτε με τον γιατρό σας ή τον οφθαλμίατρο εάν πιστεύετε ότι αντιμετωπίζετε παρενέργειες από τις οφθαλμικές σταγόνες.
- Αποθηκεύετε πάντα τις οφθαλμικές σταγόνες σε δροσερό μέρος.

Μην αφήσετε τις οφθαλμικές σταγόνες να χάσουν τη δροσιά τους

Η διατήρηση των οφθαλμικών σταγόνων στη σωστή θερμοκρασία όταν ταξιδεύετε μπορεί να είναι πρόβλημα.

Τα καλά νέα είναι ότι το πορτοφόλι ψύξης FRIO θα κρατήσει τις οφθαλμικές σταγόνες σας κάτω από 26 βαθμούς Κελσίου για 40+ ώρες χωρίς ψύξη, απλώς ενεργοποιήστε με κρύο νερό.

Τα πορτοφόλια είναι ελαφριά, συμπαγς και επαναχρησιμοποιήσιμα και διατίθενται σε τρία μεγέθη.

Παραγγείλετε online glaucoma.org.au/shop ή τηλεφωνήστε στο 1800 500 880

Πώς μπορούμε να σας βοηθήσουμε?

Το Glaucoma Australia προσφέρει ΔΩΡΕΑΝ εκπαίδευση και υποστήριξη σε άτομα που ζουν με γλαύκωμα.

Εάν εσείς ή κάποιος που φροντίζετε έχει διαγνωστεί με γλαύκωμα, σας συνιστούμε να γίνετε μέλος της κοινότητάς μας για πρόσβαση σε δωρεάν πόροι, χειραγώγηση και υπερεσιας.

Γίνετε μέλος της διαδικτυακής κοινότητάς μας στο

glaucoma.org.au/get-support

Καλέστε τη δωρεάν γραμμή υποστήριξης

1800 500 880

Βρείτε μας στο Facebook

facebook.com/glaucoma.australia

Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για να βοηθήσουν τους αναγνώστες να κατανοήσουν πώς να ενσταλάξουν τις οφθαλμικές σταγόνες και ενώ έχει καταβληθεί κάθε προσπάθεια για να διασφαλιστεί η ακρίβεια αυτών των πληροφοριών, δεν υποκαθιστά τη συμβουλή των επαγγελματιών υγείας.

Πάντα να συμβουλευέστε έναν επαγγελματία υγείας πριν από οποιαδήποτε απόφαση σχετικά με τα μάτια σας και άλλες ανησυχίες για την υγεία.