

درمان چشم‌های اشک‌آلود در فصل بهار

چشم‌هایش قرمز شده و پر از اشک است، عطسه و آبریزش بینی هم حسابی کلافه‌اش کرده. نمی‌داند با این چشم‌های گریان چطور می‌شود کار کرد یا در جمع حاضر شد؟



چشم‌هایش قرمز شده و پر از اشک است، عطسه و آبریزش بینی هم حسابی کلافه‌اش کرده. نمی‌داند با این چشم‌های گریان چطور می‌شود کار کرد یا در جمع حاضر شد؟ البته دیگران هم به این وضع عادت کرده‌اند و بهار که از راه می‌رسد، انتظار دارند او را فقط با چشم‌هایی قرمز، ریز و خیس از اشک ببینند.

سال‌هاست با این حساسیت دست و پنجه نرم می‌کند و به آن عادت کرده است، اما حساسیت‌های چشمی دیگر کلافه‌اش کرده و می‌خواهد هرچه زودتر از آن رها شود. خیلی‌ها با حساسیت‌های فصلی آشنا هستند و می‌دانند این حساسیت‌ها چه وضعی برای شان پیش می‌آورد، اما حساسیت‌های چشمی هم ممکن است افراد زیادی را برای اولین بار درگیر کند. دکتر صابر ملایی، چشم‌پزشک در گفت‌وگو با جام جم به این حساسیت‌ها اشاره می‌کند و درباره آنها توضیح می‌دهد: حساسیت‌های چشمی را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد؛ حساسیت‌های سالانه و حساسیت‌های بهاره. این چشم‌پزشک درباره هر یک از این حساسیت‌ها می‌گوید: در حساسیت‌های سالانه، فرد مبتلا تقریباً در تمام طول سال با اثرات ناشی از حساسیت روبه‌رو خواهد بود، ولی حساسیت‌های بهاره که از اواسط اسفند شروع می‌شود فقط تا تابستان ادامه دارد. البته یکی از مشکلات حساسیت‌های بهاره این است که معمولاً این حساسیت‌ها علائم شدیدتری هم برای فرد مبتلا ایجاد می‌کند که به گفته دکتر ملایی، خارش و قرمزی چشم‌ها که می‌تواند شدید هم باشد از جمله این نشانه‌هاست.

وی یادآور می‌شود: حساسیت‌های بهاره در مواردی هم می‌تواند بر سیستم بینایی فرد اثر بگذارد و کیفیت دید او را کاهش دهد. علاوه بر این، تغییر ظاهر چشم‌ها هم از جمله علائم حساسیت‌های بهاره به حساب می‌آید.

حساسیت با چشم‌های مان چه کار می‌کند؟

مواد حساسیت‌زایی که در محیط اطراف ما وجود دارد، قبل از هرچیز روی پلک‌ها اثر می‌گذارد و پس از آن حتی می‌تواند تا قرنیه هم پیش برود. البته ماده اشکی بخوبی می‌تواند چشم را بشوید و جسم‌های خارجی را از سطح چشم پاک کند، ولی متأسفانه در مناطقی که آلودگی زیاد است، کیفیت اشک هم کاهش پیدا می‌کند و در نتیجه مواد حساسیت‌زا مانند گرده‌های گل و گیاهان به این راحتی از سطح چشم‌ها جدا نمی‌شود. به همین ترتیب فرد دچار واکنش‌های شدیدتری خواهد شد. این چشم‌پزشک توضیح می‌دهد: زمانی که مواد حساسیت‌زا روی چشم می‌نشینند، سلول‌های دفاعی چشم هیستامین آزاد می‌کند که این هیستامین می‌تواند بر بخش‌های مختلف چشم اثر بگذارد و باعث خارش و تورم پلک‌ها یا قرمزی و خارش شدید در ناحیه ملتحمه شود.

البته آن طور که دکتر ملایی می‌گوید، براساس آمار برخی موارد قوز قرنیه نیز در بیمارانی شایع بوده است که در گذشته به حساسیت‌های بهاره مبتلا شده و چشم‌شان را زیاد مالش داده‌اند.

چه کار باید کرد؟

دکتر ملایی درباره روش‌های درمانی حساسیت‌های چشمی در فصل بهار می‌گوید: اولین قدم برای درمان، کنترل عوامل و مواد حساسیت‌زاست، طوری که با فرد هیچ تماسی نداشته باشد یا حداقل تماس‌شان کاهش پیدا کند. به همین دلیل هم استفاده از لوازم محافظ مانند عینک و دور شدن از عوامل حساسیت‌زا در این زمینه موثر خواهد بود.

وی یادآور می‌شود: در صورتی که اشک‌تان، کیفیت خوبی ندارد نیز می‌توانید زیر نظر پزشک و با تجویز او، از اشک مصنوعی استفاده کنید. اما یادتان باشد هیچ وقت نباید خودسرانه روشی را برای درمان یا کنترل این حساسیت‌ها در پیش بگیرید.

در مواردی که حساسیت کنترل نمی‌شود و نمی‌توان از ایجاد علائم آن پیشگیری کرد نیز به گفته این چشم‌پزشک باید با مراجعه به متخصصان از درمان‌های دارویی کمک بگیرید. البته بهتر است قبل از این که فصل حساسیت شروع شود، به فکر درمان باشید تا چشم‌ها در برابر حساسیت و مواد حساسیت‌زا واکنش بهتری داشته باشد.

خوددرمانی ممنوع!

برای درمان حساسیت‌های چشمی از داروهای خاصی استفاده می‌شود و در موارد بسیار شدید، ممکن است به مقدار کم، داروهای کورتونی برای بیمار تجویز شود. با این حال، کم‌نیستند کسانی که تا چشم‌شان دچار خارش یا تورم و قرمزی می‌شود، سراغ قطره‌های چشمی می‌روند و خودشان بدون نظر پزشک از آن استفاده می‌کنند.

دکتر ملایی با اشتباه دانستن این روش، یادآور می‌شود: استفاده خودسرانه از داروهای کورتونی نه تنها می‌تواند موجب وابستگی به دارو شود که عوارض متعدد دیگری مانند خطر بروز آب مروارید زودرس یا افزایش فشار چشم را نیز در بردارد. وی ادامه می‌دهد: با این توضیحات مشخص می‌شود برای درمان حساسیت‌های چشمی بدون نظر پزشک نباید هیچ اقدام خاصی انجام دهید.

جلوی حساسیت را بگیرید

اگر می‌خواهید امسال با چشم‌های قرمز و پر از اشک در جمع حاضر نشوید، خوب است توصیه‌های دکتر ملایی را رعایت کنید که می‌گوید برای پیشگیری از حساسیت‌های چشمی، اول از همه باید علائم بروز حمله‌های آلرژیک را که شامل خارش، قرمزی، سوزش، حساسیت به نور، تورم پلک‌ها و کاهش دید می‌شود، بشناسید. پس از آن نیز باید از قرار گرفتن در مکان‌های گرم و فضاهایی که مواد حساسیت‌زا در آن وجود دارد، پرهیز کنید.

وی می‌گوید: برای پیشگیری از بروز حساسیت، شست‌وشوی چشم‌ها در حد متعادل هم خوب است، اما شست‌وشوی بیش از حد فقط باعث خشک شدن پوست شده و نتیجه‌ای معکوس دارد؛ بنابراین توصیه می‌شود افراد زیر نظر پزشک از قطره‌های اشک مصنوعی استفاده کنند.

نیلوفر اسعدی بیگی / گروه سلامت