

نشرة تثقيفية حول إصابة العين[] أنعم الله على الإنسان بنعم كثيرة و حباه بخمس حواس تتمثل في السمع و البصر و الشم و التذوق و اللمس و كانت العين عضو الإبصار أغلاها

[] []

لقد أبدع الخالق في خلق العين وحماها بكافة الطرق, إلّا أن إصابة العيون لا تزال تشكل نسبة عالية من جراحات العين. إن إصابات المقلة تعتبر في حد ذاتها إصابات جسيمة, و في أحيان كثيرة تؤدي إلى فقد الإبصار في العين المصابة.

إن أطفالنا هم فلذة أكبادنا و هم أغلى ما نملك فلنساعدهم على حماية أعينهم بالوسائل الصحية

[]

التعليمات و الإرشادات

[]

**\* مراقبة الأطفال أثناء اللعب خوفا من وصول الأدوات الحادة إلى أيديهم مثل أدوات المطبخ و الألعاب الحادة ذات الطرف المدبب أو غيره.**

[]

**\* الاختيار الجيد و الامن للعب الأطفال**

كل حسب سنه.



\* يجب تعليم الأطفال الطريقة  
الامنة للامساك بالقلم.



\* إن الإصابات التي قد تتعرض  
لها العين متنوعة منها  
رضوض العين و الإصابات  
النافذة نتيجة دخول أجسام  
حادة إلى العين مثل المشظايا

# أو قطع المعادن و منها حروق العين جراء التعرض للهب أو المواد الكيميائية.



-----

-----



## للمحافظة على العين وسائل متعددة منها:



-عند الولادة- يراعى  
تطهير عيون المولود  
و مسحها من الخارج  
بقطعة مبللة بماء  
مبرد سبق غليه.



-عند الأطفال- يراعى  
المنظافة المستمرة و  
عدم لمس العينين  
بالأصابع المتسخة مع  
عدم استخدام أدوات  
المغير و تجنب الأدوات  
المصلبة التي تؤذي

# العين.



-عند المتلاמיד-

المحرص على المقرأة  
تحت ظروف الإضاءة  
المناسبة و الجيدة و  
التي توجه نحو

# المكتاب و ليس نحو العينين.



- وكذلك عدم  
الاقتراب بشدة عند  
مشاهدة التلفاز.



# - عند المكبار - مراعاة المنظافة و عدم إجهاد العين مع عدم استعمال أي دواء إلا بعد إستشارة الطبيب.





# - و في جميع الأعمار يراعى التغذية الجيدة و المناسبة و خاصة تناول المضيئات

# مثل فيتامين (أ) و المذي يوجد في المخس و المجزر و الملين و المبيض و مجموعة فيتامين (ب) و

1561

**\_\_\_\_\_**

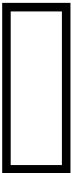
[illegible]

\_\_\_\_\_

1001



# أما العمال فننصّحهم بالآتي:





# \* المحرص على ارتداء النظارات المواقية عند التعرض للحام

# و المغبار.



\* في حالة

دخول أي جسم

غريب للعين

مثّل (حديّد-

رمل - حشرات )

فيجب غسل

العين بالماء

المجاري مع عدم

# فرك العين أو محاولة إخراج الجسم الغريب.



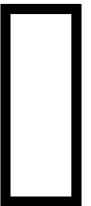
\* كما ننصح



# عمال الدهانات و أولئك الذين يتعاملون مع المواد الكيميائية

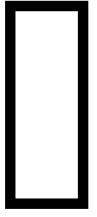
# بالمحذر الشديد خشية وصول هذه المواد للعين.



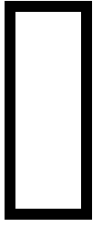


أما في حال

# تعرض العين للإصابة أو أي أذى فيجب التباعد المآتي:



# \* يجب عدم فرك أو حك العين.



\* عدم

محاولة

إخراج أي

جسم غريب

قد يكون

داخل العين

أو محاولة

فحص

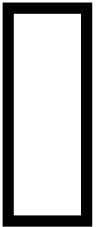
المقلة

فحصا

تفصيليا و



# ذلك في مكان الإصابة.



\* يمكن غسل

العينين بماء

جاري في

حالة تعرض

# العين لأحماض أو مواد كيميائية.



\* العمل على

سرعة إخلاء

المصابين

# إلى المستشفى وذلك بعد التأكد من

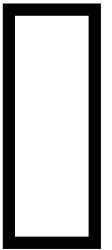
وضع خيار

معقم على

العين

المصابة.

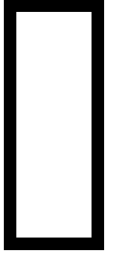




ملاحظة

هامة جدا:





# إن الأطفال هم أكثر

# المفئات

## تعرضا

## لإصابة

# العين جرااء حوادث

# ذاتجّة عن

# المّعب

# بأدوات

# حادثة أو

# أجسام

# مشبوهة

قد تكون

متفجرة

أو مواد

# كيماءوية حارقة، كما تكثر

# الاصابة فيها بينهم جراء

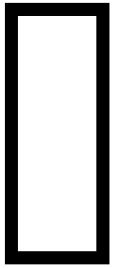


# عركهم المطفوولي أو حتى

# اصطد امهم بفروع الأشجار

أثناء

الملعب:

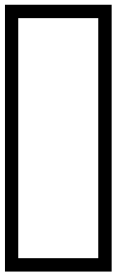


# لماذا فإن الموقائية تعتد

# أساسا على التوعية من

# خطورة و مضاعفات إصابات

# العين.



# وتلعب

المدرسة

في

الأوامر



# دورنا ببارزنا من خلال استغلال

# وسائل الإعلام المتنوعة

# واختيار ذوعية لعب

# الاطفال و الاستغناء عن المواد

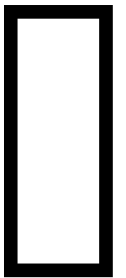
المصابة

مثل

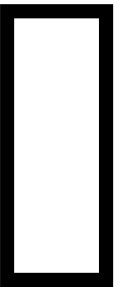
المصفيح

# بالمبدأ استي

# ك الممرن.









كما نود

التأكيد

هنا على

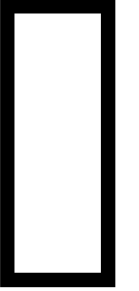
# ضرورية مراجعة طبيب

# المعيون

# في

# المحواقف

# التّالية:



\* احمرار

شديد في

العين.

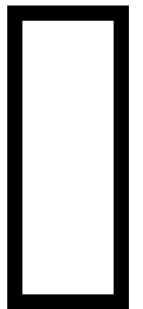


\* إفرازايات

غير

طبيعية

أو شديدة.



\* ألم في

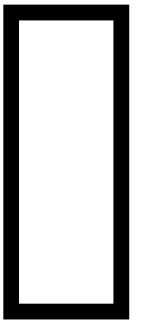
العين.

\* زيادة



# ففي إفرانز

# الدموع.



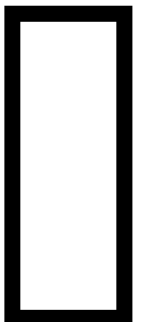
\* وجود

جسم

غريب

# داخل

# العين.



# إن المجبرادرة بأخذ

المفضل

إلى

طبيب

المعيون

دون أي

تأخير

عند

المشك

بوجود

إصابة

للعين

هو



الاجراء

المسليم

