

دکتر فاطمه حیدری جراح و متخصص چشم و فلوشیپ فوق تخصصی آسیب‌شناسی چشم است. ایشان علاوه بر دارا بودن مدرک PhD ایمونولوژی، دارای فوق‌لیسانس بهداشت (MPH) از دانشگاه علوم پزشکی شیراز می‌باشند. از دکتر حیدری که عضو هیأت علمی دانشگاه جندی شاپور اهواز است، درباره‌ی پیشگیری از کرونا در کلینیک‌های چشم‌پزشکی پرسش کردیم ایشان مراقبت‌ها را در دو دسته مراقبت‌های پیشگیرانه ویژه کادر درمانی و بیماران برشمرد. منبعی از این توصیه‌ها اطلاعیه‌های نهادهای بهداشتی کشور، انجمن چشم پزشکی آمریکا و انجمن چشم‌پزشکی ایران است.

مقدمه

یکشنبه ۱۲ بهمن دکتر "وندلیانگ" جراح و متخصص چشم قربانی کرونا شد. این چشم‌پزشک ۳۳ ساله چینی دو ماه قبل از این تاریخ در دسامبر ۲۰۱۹ اولین پزشکی بود که از طریق شبکه‌های مجازی هشدار داد که یک نوع غیرمعمول از عفونت تنفسی در حال شیوع است. پس از گزارش بیماری، دولت چین او را احضار کرد و از او خواست تا به علت نشر اکاذیب تعهدنامه‌ی عذرخواهی رسمی منتشر کند. چند روز بعد که بیماری به مرحله‌ی همه‌گیری رسید دکتر "لی وندلیانگ" با سرفه و تب در بیمارستان بستری شد و با عفونت کرونا در گذشت. پدر و مادر او هم به این بیماری مبتلا شدند ولی بهبود یافتند. کپی تعهدنامه‌ای که به زور امضاء کرده بود به سرعت در همان شبکه‌های اجتماعی منتشر شد. متأسفانه او این بیماری را از یکی از بیماران خود که مبتلا به آب‌سیاه بود دریافت کرد. مردم چین این چشم‌پزشک جوان کشورشان را به عنوان قهرمان ملی می‌شناسند. به پاس تلاش‌های صادقانه او در معرفی علائم ویروس به جهانیان، انجمن چشم‌پزشکی چین در بیانیه‌ای از تلاش‌های ارزنده او تقدیر کرد. همسر باردار او قطعاً به وجود این پزشک آزاده افتخار می‌کند.

توصیه به مردم در کلینیک‌های چشم

- در کلینیک‌های چشم‌پزشکی و اپتومتری علاوه بر این که مراقبت‌های عمومی باید در نظر گرفته شود به دلیل فاصله‌ی نزدیک پزشک و بیمار احتمال شیوع بیماری‌های واگیردار افزایش می‌یابد.
- ۱- همه‌ی توصیه‌های عمومی که وزارت بهداشت منتشر می‌کند را جدی بگیرید. شبکه‌های مجازی بیشتر اضطراب منتشر می‌کنند.
 - ۲- حفظ فاصله از دیگران، شستن دست‌ها به‌طور مرتب، ایزوله شدن در صورت داشتن علائم از اصلی‌ترین روش‌های پیشگیری است.
 - ۳- فقط در مواقع اورژانسی به کلینیک‌های چشم مراجعه کنید.
 - ۴- کادر درمانی "سرداران سپیدپوش" جبهه‌ی مبارزه با بیماری‌اند با آن‌ها همکاری کنید و مهربان باشید.
 - ۵- از وسایل و حوله‌ی شخصی استفاده کنید. مرتب صورت و چشمان خود را با آب و شامپو یا صابون شستشو دهید.
 - ۶- به هیچ عنوان از قطره و پمادهای دیگران استفاده نکنید.
 - ۷- ممکن است یکی از راه‌های انتقال ویروس از طریق اشک باشد.
 - ۸- تلفن همراه و ماسک‌هایی که مستمر استفاده می‌شوند، جزو آلوده‌ترین سطوح هستند.
 - ۹- حتی‌الامکان از سرویس‌های بهداشتی بیرون از منزل استفاده نکنید.
 - ۱۰- فقط در مواقع ضروری سفر کنید. همواره افرادی آلوده به ویروس در فرودگاه‌ها، ایستگاه‌های قطار و اتوبوس حضور دارند.
 - ۱۱- اگر به الکل جهت ضدعفونی کردن سطوح دسترسی ندارید از دستورالعمل ضدعفونی سطوح که در سایت نظام‌پزشکی ایران درج است تبعیت کنید.

پیشگیری از کرونا در کلینیک چشم

دکتر فاطمه حیدری
جراح و متخصص چشم، فوق تخصص آسیب‌شناسی چشم

۱۲- هر عطسه و سرفه‌ای به معنی کرونا نیست، اگرچه باید جدی گرفته شود. فشار روانی و استرس از خود بیماری خطرناک‌تر است.

۱۳- در مراکز درمانی زیاد توقف نکنید. با خانواده دسته جمعی به بیمارستان نروید. همراه هر بیمار یک نفر همراه کافی است. اگر کسی به هر دلیلی بستری شد به جای بردن گل و شیرینی و تجمع در بیمارستان‌ها از قابلیت فضای مجازی استفاده کنید.

۱۴- بیماران مسن، نقص ایمنی، دیابتی، قلبی عروقی و مادران باردار باید بیشتر مراقب باشند. مصرف همه نوع سبزی و میوه تازه و خوب شسته شده به افزایش سطح ایمنی بدن کمک می‌کند.

توصیه به پزشکان و کادر درمانی در کلینیک‌های چشم

۱- سلامتی پزشک و کادر درمانی اولویت است. دقیقاً مثل هواپیما که اگر در شرایط بحرانی قرار گرفت، اول باید خودتان ماسک بزنید بعد به دیگران کمک کنید اینجا هم شما باید سالم باشید تا خدمات خوبی به مردم بدهید. حفظ سلامتی کادر درمانی و تأمین تجهیزات حفاظتی آن‌ها یک اولویت است.

۲- موارد اورژانسی و عمل‌های جراحی ضروری مورد توجه باشد. تا عادی شدن شرایط می‌توان به بیماران عزیز توضیح داد که مواردی مثل چکاب کلی یا تعویض شیشه‌ی عینک اگر با تأخیر همراه شد اشکالی ندارد.

۳- در حین معاینه‌ی بیمار حفظ فاصله مهم است. اگرچه دستگاه‌های معاینه چشم (اسلیت لمپ) دارای صفحه‌ای بنام عطسه‌گیر است اما کافی نیست. تعدادی از همکاران جدیداً یک طلق به اندازه‌ی دو برابر کاغذ معمولی عمودی روی چشمی میکروسکوپ قرار می‌دهند تا از ورود قطرات تنفسی جلوگیری کند. این نوآوری خیلی خوب است.

۴- اندازه‌گیری فشار چشمی حتی‌الامکان از روش‌های غیرتماسی باشد. اشک ممکن است منبع میکروارگانیسم در این موارد محسوب گردد.

۵- بیماران قبل از ورود به کلینیک یا بیمارستان چشم از نظر اورژانسی بودن مشکل آن‌ها و درجه حرارت بدنشان تریاژ شوند. بیماران مشکوک به علائم بالدرنگ به مراکز معین ارجاع داده شوند.

۶- تعویض دستکش بعد از هر ویزیت، شستن مرتب دست‌ها (دقیقاً همانند شستن دست‌ها در اتاق عمل) و استفاده از ماسک مناسب، از ضروریات است.

۷- بیماران کونژنکتیویت به همراه علائم تنفسی را جدی بگیرید. از سابقه سفر به مناطق آلوده یا تماس با افراد آلوده پرسش کنید.

۸- حفظ سلامت روان به اندازه‌ی مبارزه با ویروس اهمیت دارد. اپیدمی اضطراب خیلی زودتر از اپیدمی کرونا رشد می‌کند. مردم به‌طور طبیعی درباره‌ی این اپیدمی مضطرب هستند. با آن‌ها مهربان باشیم.

۹- جریان هوا همواره در محل معاینه برقرار باشد. بیماران را خیلی زود تعیین تکلیف کنید. از ورود بیمار با چند همراه به محل معاینه جلوگیری شود.

۱۰- پس از هر معاینه دستگاه‌های مورد استفاده خصوصاً محل تماس بیمار با دستگاه توسط پرستار آموزش دیده ضدعفونی شود.

۱۱- به‌طور مرتب فضای کلینیک، پیشخوان و سرویس‌های بهداشتی ضدعفونی شود. از بیماران بخواهید تا از پرداخت به صورت نقدی خودداری کنند.

۱۲- اگر علائم بیماری را دارید به مرکز درمانی مناسب مراجعه کنید. این یک پاندمی است. هیچ اشکالی ندارد اگر مسؤولین مستقیم شما احياناً در جریان علائم بیماری شما باشند. اولویت اصلی، سلامت کادر درمان و بیماران است. باید افراد کم‌تری به این بیماری مبتلا شوند.

عنوان مقاله: پیشگیری از کرونا در کلینیک چشم
موضوع: گفت‌وگو با دکتر فاطمه حیدری
مدت‌زمان مطالعه: ۱۰ دقیقه

