חינוך למטופל ולמטפל

כיצד להכין את ילדכם לביקור במרפאת העיניים

מידע זה מסביר כיצד להכין את ילדכם לביקור במרפאת העיניים. במשאב זה, המילים "אתם" ו"שלכם" מתייחסות אליכם או אל ילדכם.

כיצד לסייע לילדכם להתכונן

חשוב מאוד לסייע לילדכם להתכונן לקראת הביקור. ילדים אינם אוהבים להיתקל בהפתעות במשרדו של הרופא. להכין אותם למה לצפות עשוי לסייע בהקלת חלק מהפחד והחרדה אותם הם חווים. סעיף זה מסביר את הדרכים לסייע לילדכם להתכונן לקראת הביקור.

לפני הביקור

שוחחו עם מומחה לילדים

מומחה לילדים הוא איש מקצוע מיומן בעל מומחיות בהתפתחות הילד. באפשרותו להדריך אתכם כיצד לסייע לילדכם להתכונן לקראת הביקור. ניתן להתקשר אליו בטלפון 212-639-8285.

שוחחו עם צוות הטיפול של ילדכם

חישבו אילו חלקים בביקור עשויים להיות הקשים ביותר עבור ילדכם. שוחחו עם צוות הטיפול של ילדכם אודות חששותיכם. הם יכולים לסייע לכם לתכנן כיצד לתמוך בילדכם.

נסו תרגילי הרפיה

תרגילי הרפיה עשויים לסייע לילדכם להירגע כאשר הוא מרגיש מתוח. הוא יכול לתרגל נשימות עמוקות או להשתמש בצעצועי לחיצה כאשר הוא חש בפחד. המומחה לילדים יכול ללמד את ילדכם תרגילים אותם באפשרותו לבצע כדי לסייע לו להירגע במהלך הביקור.

רשמו את שאלותיכם

חישבו על כל שאלה שעשויה להיות לכם או לילדכם לאחיות, לרופא או למומחה לילדים. רישמו אותן בפנקס והביאו את הפנקס עימכם ביום הביקור. הדבר עשוי לסייע לכם לזכור את השאלות.

הקריאו לילדכם ספרים אודות הליכה לרופא

הקראת ספרים לילדכם אודות ביקורים אצל הרופא עשוייה לסייע לילד לדעת למה הוא יכול לצפות. הדבר עשוי גם לסייע לילדכם לבטא את רגשותיו לגבי היותו מטופל. להלן מספר דוגמאות:

- Elmo Goes to the Doctor מאת Sarah Albee
- Baby Medical School: My Doctor's Visit מאת Cara and Jon Florance
- We're Going to the Doctor מאת Campbell Books

שוחחו עם ילדכם על מה שאליו ניתן לצפות

השתמשו במילים פשוטות כדי להסביר את הביקור. להלן מספר דוגמאות:

- "יטפטפו טיפות רטובות לתוך עיניך. הטיפות מסייעות לרופא לראות את כל חלקי העין".
- "זה בסדר להרגיש מתוח או מפוחד. בוא נדבר על מספר דרכים שיסייעו לך להרגיש רגוע."
- "כולם כאן כדי לסייע לך להרגיש טוב יותר."

אם ילדכם עובר בדיקת עיניים עם הרדמה (תרופה שגורמת לו לישון), הראו לו תמונה של חדר הבדיקה (ראה איור 1).

תוכלו גם לומר:

- "אתה תירדם באמצעות שימוש בתרופת הרדמה. את התרופה תקבל דרך מסכה שתעטה על פניך. ייתכן שלמסכה יהיה ריח לא נעים, אבל אין שום דבר שעלול להכאיב לך".



איור 1. חדר הבדיקה

ביום הביקור

זכרו כי ייתכן שבמהלך הביקור ילדכם לא יתנהג כפי שהוא נוהג בדרך כלל. הוא עשוי להרגיש מתוח, מפוחד או כועס. נסו להיות סבלניים איתו גם אם הוא מגיב שלא כהרגלו. צוות הטיפול נמצא כאן כדי לתמוך בכם ובילדכם.

להלן מספר דברים שתוכלו להביא איתכם ביום הביקור כדי לסייע לילדכם:

- חיית הפרווה האהובה על ילדכם, צעצוע, מוצץ או כל פריט מנחם אחר.
- חטיפים או בקבוק לילדכם למתן לאחר הביקור.
- עגלת ילדים. הראייה של ילדכם עשויה להיות מטושטשת לאחר הביקור, כך שייתכן שיהיה קל יותר להשתמש בעגלה.
- פנקס לרישום הערות במהלך הביקור.
- טלפון או אייפד כדי שילדכם יוכל לנגן את התוכנית או השיר האהובים עליו. זה יסייע לו להרגיש בנוח במהלך הביקור. תוכלו גם לבקש מהצוות המטפל להקרין תוכנית בטלוויזיה הנמצאת במשרד.

לאחר הביקור

- תנו לילדכם משהו לצפות אליו לאחר הביקור. לדוגמה, תוכלו לבצע פעילות מהנה או לתת לו פרס קטן.

למה לצפות במהלך הביקור

מומחה לילדים ייפגש איתכם ועם ילדכם בתחילת הביקור. הוא ישוחח עם ילדכם על הביקור, ישאיר אותו רגוע ונינוח ויבצע איתו פעילויות שונות. המומחה לילדים נמצא כאן כדי לסייע לכם. אתם וילדכם תוכלו לשאול אותו כל שאלה שעולה בדעתכם. המומחה לילדים יתמוך בכם ובילדכם במשך כל הביקור.

לאחר הפגישה עם המומחה לילדים, האחות תבוא לקחת אתכם ואת ילדכם כדי לבדוק את הגובה, המשקל ולחץ הדם שלו. ילדכם יעבור בדיקת עיניים על ידי קריאת האותיות, המספרים או התמונות המופיעים על התרשים. האחיות עשויות לבקש מילדכם לכסות את עיניו בזו אחר זו כדי לבדוק כל עין בנפרד.

בדיקות ראייה

לאחר מכן, האחות תעשה שימוש במכשיר כדי לבדוק אם ילדכם זקוק למשקפי ראייה במרשם. מכשיר זה נקרא אוטורפרקטומטר (autorefractor). קיימים 2 סוגים של מכשיר מסוג זה במרפאה. תוכלו לשהות עם ילדכם לאורך כל התהליך הזה.

- סוג אחד של אוטורפרקטומטר נראה כמו מצלמה. האחות תחזיק את המכשיר כאילו היא מצלמת את ילדכם. האוטורפרקטומטר יהבהב אורות וישמיע קולות, כמו ציוץ ציפורים, בזמן שהוא סורק את עיני ילדכם. ילדכם יביט ישירות אל האורות בדיוק כפי שיעשה עם מצלמה רגילה.
- הסוג השני של אוטורפרקטומטר הוא מכשיר שילדכם יביט לתוכו. ילדכם ישב על כיסא, יניח את סנטרו על משענת הסנטר, וישעין את מצחו על המוט מול המכשיר. כשיהיה מוכן הוא יסתכל דרך העדשות במכשיר ויראה תמונות שונות. התמונות יהפכו מטושטשות ואז יתבהרו בעת שהמכשיר סורק את עיני הילד.

עבור שני סוגי האוטורפרקטומטר, על ילדכם יהיה לשבת בשקט וללא תנועה ככל האפשר.

טיפות עיניים

לאחר מכן, האחות תטפטף 1-2 טיפות עיניים לתוך עיני הילד. פעולה זו תסייע להרחבת האישונים (הנקודה הכהה במרכז העין). פעולה זו מקלה על הרופא לראות את כל חלקי העין.

טיפות אלו יגרמו לראייה מטושטשת למשך מספר שעות, כך שהילד עשוי להזדקק לעזרה ביציאה מבית החולים. ייתכן ותרצו להשתמש בעגלת ילדים, במידת האפשר.

בדיקת עיניים תחת הרדמה

ייתכן שילדים מסוימים יזדקקו להרדמה (תרופות הגורמות להם לישון) במשך הביקור. סעיף זה מסביר למה ניתן לצפות במהלך הביקור במידה וילדכם יקבל הרדמה.

אם ילדכם עובר בדיקת עיניים תחת הרדמה, חשוב שהוא ימלא אחר הוראות האכילה והשתייה שנשלחו אליכם על ידי האחות. אם יש לכם שאלות, שוחחו עם הרופא.

לאחר שילדכם יקבל את טיפות העיניים, אתם וילדכם תלכו לחדר הטיפולים. המומחה לילדים ישוחח עם ילדכם על ההרדמה ולמה הוא יכול לצפות.

ילדכם ישכב על שולחן הבדיקה. הרופא יניח את מסכת ההרדמה על הפה והאף שלו. תוכלו לשהות בחדר הבדיקה עם ילדכם עד שיירדם. הבדיקה תארך כ-15 עד 30 דקות. היא עשויה לארוך זמן רב יותר במידה ויהיה על ילדכם לעבור בדיקות נוספות או טיפול אחר. במקרה זה, הרופא ישוחח איתכם לפני הבדיקה או הטיפול.

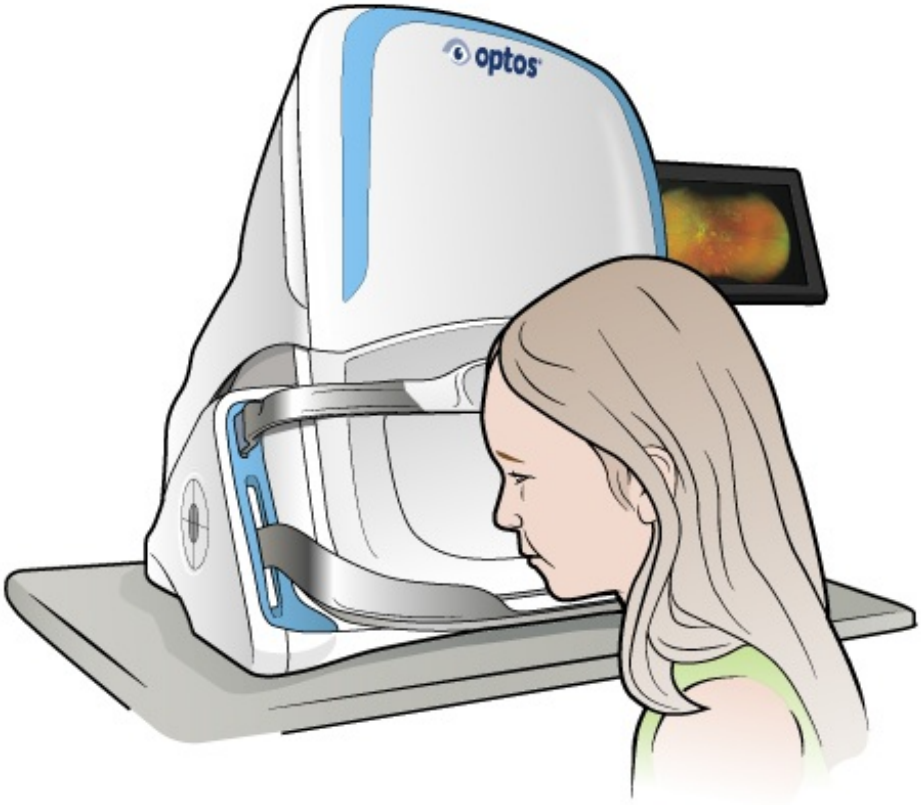
לאחר סיום הבדיקה, ייקח להרדמה 15 עד 30 דקות עד שתתפוגג. ילדכם עלול להרגיש עצוב או עצבני עד שההרדמה תתפוגג מגופו. הוא יוכל לחזור לאט לאט לתזונה הרגילה שלו.

לאחר שיחה עם הרופא, אתם וילדכם תוכלו לחזור הביתה.

בדיקת עיניים ללא הרדמה

חלק מהילדים יכול לבצע את בדיקת העיניים ללא הרדמה. הם עשויים להיות מתוחים, במיוחד אם זהו הביקור הראשון שלהם. חשוב שנהיה כולנו סבלניים איתם במשך הביקור. אם הבדיקה מתבצעת ללא הרדמה, תוכלו לשהות עם ילדכם כל הזמן.

לאחר שילדכם מקבל טיפות עיניים, טכנאי ישתמש במכונה כדי לצלם תמונות של עיני הילד (ראה איור 2). המכונה נקראת מכשיר Optos® ילדכם יסתכל לתוך המכונה ויראה אורות ירוקים, אדומים וכחולים. יהיה עליו להישאר בשקט ולנסות לא למצמץ כשהוא מסתכל על האורות. כאשר המכונה מוכנה לצלם את התמונה, היא תהבהב באור בוהק. ילדכם לא יחוש בכאב במהלך בדיקה זו.



איור 2. מכשיר Optos

אם ילדכם זקוק גם לסריקת אולטרסאונד, אתם וילדכם תלכו לחדר הבדיקות. האחות תניח ג׳לי קר על עפעפי הילד. היא תשתמש במוט האולטרסאונד, המעוצב כשרביט, ותעביר אותו סביב עינו של הילד. המוט יסרוק ויצלם את עיני הילד. ילדכם ירגיש לחץ קל, אך לא כאב.

לאחר האולטרסאונד, תיפגשו עם הרופא. הוא יבדוק את עיניו של ילדכם כשהוא חובש פנס ראש וישוחח איתכם על הצעדים הבאים.

פרטי יצירת קשר

אם יש לכם שאלות או חששות, יש ליצור קשר עם אחד מאנשי צוות הטיפול ברפואת עיניים. ניתן להשיג אותם בימים שני עד שישי בין השעות 9:00 ל-17:00 בטלפון 212-639-7232. ניתן גם לשלוח אלינו דוא"ל ל-surophonc@mskcc.org.

אם אתם מטופלים ב-MSK ויש לכם צורך בקשר עם איש צוות רפואי אחרי השעה 17:00 אחה"צ, במהלך סוף השבוע או בזמן חופשות, יש להתקשר לטלפון 212-639-2000.

באפשרותכם גם לשלוח הודעה לצוות הטיפול שלכם דרך MSK MyChart, פורטל המטופלים שלנו. צוות הטיפול שלכם מקבל הודעות שנשלחות דרך MSK MyChart בימים שני עד שישי. אם תשלחו הודעה במהלך סוף השבוע, הם יראו אותה ביום שני. לקבלת מידע נוסף, קראו את *Communicating With Your Care Team: When to Call or Use MSK MyChart* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/communicating-healthcare-team-mymsk).

למשאבים נוספים אנא בקר/י ב- www.mskcc.org/pe כדי לחפש בספריה הוירטואלית שלנו.

כל הזכויות בבעלות ושמורות ל-Memorial Sloan Kettering Cancer Center

Memorial Sloan Kettering Cancer Center