الرَّمَدُ

تصاب إحدى العينين أو كلتاهما بإحمرار وحكاك . وقد يرافق ذلك رؤية ضبابية وحساسية تجاه الضوء . ويشعر المصاب ببرغلة في العين أو يعاني من تصريف يتجمع في قشرة خلال الليل .

وتشكل هذه الاعراض علامة إصابة بكتيرية أو فيروسية تعرف بالرمد . وتدعى هذه الحالة طبياً " التهاب الملتحمة " . وهي عبارة عن التهاب غشاء الملتحمة الذي يبطن الجفون وجزءاً من مقلة العين .

وبسبب الالتهاب ، يؤدي الرمد إلى تهيج العين إلا أنه لايؤذي البصر . ولكن من الأهمية بمكان تشخيص الحالة وعلاجها باكراً لكونها سريعة العدوى . وفي بعض الأحيان ، من شأن الرمد أن يولّد مضاعفات لدى المصاب .

إن التهاب الملتحمة الفيروسي و البكتيري شائعان لدى الاطفال كما يصيبان البالغين أيضاً . وتعتبر هاتان الاصابتان شديدتي العدوى .
ويسبب الالتهاب الفيروسي (الرمد الحبيبي)عادة تصريفاً مائياً ، بينما يسبب الإلتهاب البكتيري (الرمد الصديدي)غالباً مادة صفراء مخضرة سميكة بكمية كبيرة .

أما التهاب الملتحمة التحسسي (الرمد الربيعي)، فهو يصيب كلتا العينين ، ويمثل استجابة لمادة مُحسّسة ، كاللقاح وغبار الطلع ، وليس ناتجاً عن عدوى . ويعاني المصاب، إضافة إلى الحكة الحادة وذرف الدمع والتهاب العين ، من بعض الحكاك والازيز والتصريف المائي من الانف .

الاعراض :

- احمرار في عين واحدة أو كلتا العينين
- حكة في عين واحدة أو كلتا العينين
- تشوش في الرؤية وحساسية للضوء
- الشعور بوجود رمل أو برغل في عين واحدة او كلتا العينين، (الشعور بجسم غريب ولا تستطيع إزالته)
- زيادة افراز الدموع
- افرازات قشرية في عين واحدة أو كلتا العينين أثناء الليل

الاسباب :

- البكتيريا
- الفيروسات (الأكثر سبباً)
- الحساسية
- جسم غريب في العين
- بقعة كيميائية في العين
- وجود قناة انف غير مفتوحة بالكامل عند المواليد الجدد

فترة العدوى :

الشخص المصاب بالرمد يصبح معدياً لمدة تتراوح ما بين اسبوع إلى اسبوعين بعد ظهور الاعراض

عوامل الخطر :

الرمد مزعج حقاً لكنه لا يؤذي البصر ، وفي بعض الحالات قد يسبب تعقيدات في القرنية ، لذلك من الافضل التشخيص والعلاج والمبكر

عيون المواليد الجدد معرضة للبكتريا أثناء الولادة ، وهذا قد يؤدي إلى مشاكل خطيرة في الابصار ، لذلك تقوم جميع المستشفيات بتطبيق وقائي لجميع المواليد الجدد يتمثل بإعطاء المضاد الحيوي مثل مرهم erythromycin

العناية الذاتية :

- ضع كمادة دافئة على العين المصابة . بلل قماشة نظيفة غير منسّلة في الماء الدافيء ثم اعصرها وضعها على جفنك المغمض بلطف
- غالباً ما تنجح الكمادات الباردة في تخفيف إلتهاب الملتحمة التحسسي ، وقد يلجأ البعض إلى القطرات الغير موصوفة مثل Naphcon-A أو Opcon-A

الوقاية :

بما أن الرمد ينتشر بصورة سهلة وسريعة ، فإن السلامة الصحية هي خير وسيلة للعلاج .
بالتالي ، من المفيد إتباع الخطوات التالية إن ثبت وجود العدوى لديك أو لدى أحد أفراد العائلة :

- الامتناع عن لمس العين
- غسل اليدين بإستمرار
- تغيير المناشف يومياً وعدم مشاركتها مع الغير
- ارتداء الثياب مرة واحدة قبل غسلها
- تغيير اغطية الوسائد ووجوه أو اكياس المخدات كل ليلة
- التخلص من مستحضرات تجميل العين ، وخاصة المسكرة بعد عدة أشهر من إستعمالها
- عدم إستعمال مستحضرات تجميل العين أو المناديل أو غيرها من الاغراض الشخصية الخاصة بالغير

العون الطبي :

إن عانيت من أي من اعراض الرمد ، اعرض نفسك على الطبيب .
وقد يقوم بزرع عينة من افرازات العين في المختبر لتحديد نوع العدوى التي تعاني منها ، وعلى اثر النتائج يحدد العلاج المناسب
ويتمثل العلاج عادة بمضاد حيوي يستعمل إما كقطرة للعين أو كمرهم في حال الإصابة البكتيرية .
بينما يزول التهاب الملتحمة الفيروسي بنفسه .
أما إذا شخّص الطبيب الحالة على أنها إلتهاب تحسسي ، فسيصف لك على الأرجح أدوية لعلاج التحسس أو الأعراض الناجمة عنه .

تفاصيل أكثر عن طريقة العلاج:

- يستخدم المضاد الحيوي في حالة الرمد البكتيري ، وستشعر بتحسن بعد يوم أو يومين إذا إلتزمت بتعليمات الطبيب
- لا يستخدم في الرمد الطبيعي أية مضادات حيوية أو مراهم ، ويمكنك أن تستعمل علاج دون وصفة طبية ، ونذكر بأن الفيروس يجب أن يأخذ مجراه ، وقد تتدهور الاعراض في الايام الثلاثة الاولى ويحصل الشفاء خلال اسبوعين إلى ثلاثة اسابيع من اصابتك بالفيروس
- في الرمد التحسسي ، سيصف لك الطبيب قطرات عين عبارة عن مضادات هستامين ومخففات احتقان

العناية بالأطفال :

بما أن الرمد معدي ، يجب إبقاء الطفل بمعزل عن الاطفال الاخرين . وكثر من المدارس ترسل الأطفال المصابين بالرمد إلى منازلهم