

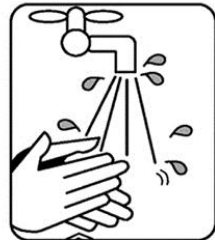
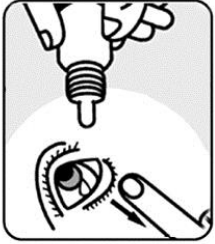
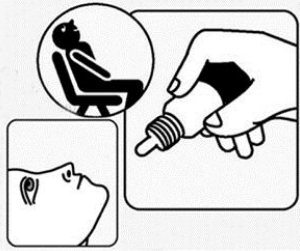
# How to administer eye drops

Arabic



## كيفية إعطاء قطرات العين

## How to administer eye drops



1. إغسل يديك جيداً
2. استلقِ أو اجلس مع رأسك مائلاً إلى الوراء وإمسك زجاجة القطرة بالمقلوب في يد واحدة بين الإبهام وإصبع السبابة.
3. باستخدام يدك الأخرى، إسحب بلطف الجفن السفلي إلى أسفل العين لتشكيل كيس صغير أو جيب وانظر إلى الأعلى.
4. إسمح لقطرة واحدة للدخول إلى المساحة بين الجفن السفلي والعين.
5. أغلق عينك.
6. ضع إصبع السبابة على جانب أنفك بالقرب من العين. اضغط بصورة خفيفة لمدة دقيقة إلى ثلاث دقائق. وهذا ما يسمى بانسداد مجرى الدمع - وهذا يقلل من إنتقال قطرة العين إلى الأنف.
7. قم بإزالة أي محلول زائد عن طريق مسح رموشك بمنديل ورقي نظيف.
8. إذا كنت ستأخذ أكثر من قطرة عين واحدة، إنتظر خمس دقائق على الأقل قبل أخذ قطرة العين التالية. خلاف ذلك، فإن قطرة العين الثانية ستغسل الأولى من العين.
9. بعد استخدام قطرات العين، إغسل يديك جيداً مرة أخرى.

1. Wash your hands thoroughly.
2. Lie down or sit with your head tilted back and hold the bottle upside down in one hand between your thumb and index finger.
3. Using your other hand, gently pull down the lower lid of your eye to form a pouch or a pocket and look up.
4. Allow one drop to enter the space between the lower lid and your eye.
5. Close your eye.
6. Place your index finger against the side of your nose near the eye. Apply LIGHT pressure for one to three minutes. This is called punctal occlusion - it reduces the eye drop draining into your nose.
7. Remove any excess solution by wiping your eyelashes with a CLEAN tissue.
8. If administering more than one eye drop wait at least five minutes before administering the next eye drop. Otherwise, the second eye drop will wash the first one out of the eye.
9. After using the eye drops, wash your hands thoroughly again.

### نصائح مفيدة

- اقرأ التعليمات الموجودة على الملصق بعناية وعالج فقط العين المذكورة. تأكد من أنك تفهم تماماً ما تقوله التعليمات واتبعتها في جميع الأوقات. إذا راودك الشك - اسأل الصيدلي.
- إذا تم إعطاؤك زجاجة مختلفة لكل عين، تأكد من استخدام الزجاجة الصحيحة.
- إذا كنت تعتقد بأنك ستجد صعوبة في استخدام قطرات العين، اطلب من شخص آخر القيام بذلك نيابة عنك.
- حافظ على جميع الأدوية بعيداً عن متناول الأطفال. تجنب أخذ الأدوية أمام الأطفال الصغار جداً - فقد يقلدون سلوكك.
- أكمل الدواء أو تناول الدواء وفقاً لتعليمات طبيبك.
- إذا فوّت جرعة لا تحاول التعويض عنها من خلال أخذ جرعتين أو ثلاث جرعات في وقت واحد.
- لا تشارك أبداً أدويةك مع أي شخص آخر، حتى ولو كان الشخص الآخر يعاني من أعراض مشابهة.
- قد يكون نظرك غير واضح لفترة قصيرة بعد استخدام قطرات العين، أو الجل أو المرهم. لا تقود أو تشغل الآلات حتى تستطيع أن ترى بوضوح مرة أخرى.
- لا تسمح للقطارة أن تلمس الرموش أو العين نفسها.
- لا تضع أبداً القطارة على الطاولة أو غيرها من الأسطح.
- لا تتنفس على القطارة أو تلمس فتحة القطارة.
- أغلق الغطاء بإحكام بعد الاستعمال مباشرة وخرّن الزجاجة في وضع مستقيم. حافظ على الزجاجة في مكان بارد أو وفقاً للتوجيهات.
- تخّص من الزجاجة بعد أربعة أسابيع من فتحها.

### Handy tips

- Read the instructions on the label carefully and treat only the eye stated. Make sure you understand exactly what the instructions mean and follow them at all times. **If in doubt – ask your pharmacist.**
- If you are given a different bottle for each eye, make sure you use the correct bottle.
- If you think you may have difficulty using the eye drops, ask someone to do it for you.
- Keep all medicines out of the reach of children. Avoid taking medicine in front of very young children – they may copy your behaviour.
- Complete the course or take the medicine as instructed by your doctor.
- If you miss a dose do not try to catch up by taking two or three missed doses at once.
- Never share your medicines, even if someone else has similar symptoms.
- Your vision may be blurred for a short time after using eye drops, gel or ointment. Do not drive or operate machinery until you can see clearly again.
- Do not let the dropper touch the eyelashes or the eye itself.
- Never rest the dropper on table tops or other surfaces.
- Do not breathe on the dropper or touch the dropper opening.
- Firmly close the lid immediately after use and store the bottle upright. Keep the bottle in a cool place or as directed.
- Dispose after four weeks of opening.



سوف يساعدك الجدول التالي عند استخدام قطرات العين.  
يرجى الطلب من الممرضة أو الصيدلي أو الطبيب ملء  
الجرعات المطلوبة.

The table below will assist you when  
using your eye drops. Please ask your  
nurse, pharmacist or doctor to fill in  
your dosage requirements.

إسم القطرة Name of eye drop	العين اليمين أو اليسار Right or left eye	8 صباحاً 8am	10 صباحاً 10am	12 ظهراً 12pm	2 بعد الظهر 2pm	4 بعد الظهر 4pm	6 مساءً 6pm	8 مساءً 8pm	10 مساءً 10pm

إذا كنت ستأخذ أكثر من قطرة عين واحدة، إنتظر خمس دقائق  
على الأقل قبل أخذ قطرة العين التالية. خلاف ذلك، فإن قطرة  
العين الثانية ستغسل الأولى من العين. إستخدم المنتجات  
السميكة أخيراً (القطرات قبل الجل قبل المرهم).

If administering more than one eye drop  
wait at least five minutes before  
administering the next eye drop. Otherwise,  
the second eye drop will wash the first one  
out of the eye. Use thicker products last  
(drops before gel before ointment).

### إخلاء المسؤولية

تصف هذه الوثيقة الممارسة المقبولة العامة في وقت النشر فقط. أنها ليست سوى خلاصة المعرفة السريرية بما يتعلق في هذا المجال.  
المستشفى الملكي للعين والأذن في فيكتوريا لا تقدم أي ضمانات، صريحة أو ضمنية، بأن المعلومات الواردة في هذه الوثيقة هي شاملة.  
إنهم لا يقبلون أي مسؤولية عن أي نتيجة ناجمة عن التطبيق المناسب لهذه المعلومات.  
مالك المحتوى: الصيدلية

آخر مرة نشرت: 20/05/20، المراجعة التالية: 23/05/25

