വിലയിരുത്തൽ ഫോം: നേത്രാരോഗ്യവും കാഴ്ചയും

TAP

1. വ്യക്തിവിവരം

പേര്:		കുടുംബപ്പേര്:		ലിംഗം:	ആൺ ☐ പെൺ ☐
വയസ്സ്:	0-5 ☐ 6-18 ☐ 19-39 ☐ 40-54 ☐ 55+ ☐			ടെലഫോൺ നം::	
വിലാസം:					

2. ലളിതമായ നേത്രാരോഗ്യ പരിശോധന

ടോർച്ച് ഉപയോഗിച്ച് ഓരോ കണ്ണും സൂക്ഷ്മമായി നിരീക്ഷിക്കുക		
രണ്ട് കണ്ണുകളും സ്വാഭാവികമായി (ആരോഗ്യത്തോടെ) കാണപ്പെടുന്നുണ്ടോ?	അതെ ☐ അല്ല ☐ →	☞ ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന് റഫർ ചെയ്യുക
ഇനിപ്പറയുന്നവ ചോദിക്കുക		
നിങ്ങൾക്ക് പ്രമേഹമുണ്ടോ?	അതെ ☐ അല്ല ☐	രണ്ട് ചോദ്യങ്ങൾക്കും അതെ എന്നാണ് ഉത്തരമെങ്കിൽ, ☞ ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന് റഫർ ചെയ്യുക
കണ്ണിൽ ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള വേദനയോ അസ്വസ്ഥതകളോ അനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ടോ?	അതെ ☐ അല്ല ☐	

3. ലളിതമായ കാഴ്ച്ചാ പരിശോധനകൾ

വ്യക്തി ഒരു നേത്രപരിശോധകനാലോ / പരിശീലനം ലഭിച്ച കണ്ണട ദാതാവിനാലോ നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ട കണ്ണടകളാണോ ധരിച്ചിരിക്കുന്നതെന്ന് പരിശോധിക്കുക		
നിങ്ങൾക്കായി നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ട കണ്ണടകളാണോ ധരിച്ചിരിക്കുന്നത്?	അതെ ☐ അല്ല ☐	
അതെ എങ്കിൽ, ഈ കണ്ണടകൾ:	ദൂരക്കാഴ്ചയ്ക്ക് വേണ്ടി ☐ →	ലളിതമായ ദൂരക്കാഴ്ചാ പരിശോധനയ്ക്കായി ധരിക്കുക
	സമീപക്കാഴ്ചയ്ക്ക് വേണ്ടി ☐ →	ലളിതമായ സമീപക്കാഴ്ചാ പരിശോധനയ്ക്കായി ധരിക്കുക
	ഉറപ്പില്ല ☐ →	പരിശോധനാ സമയങ്ങളിൽ ധരിക്കരുത്

ലളിതമായ ദൂരക്കാഴ്ചാ പരിശോധന നടത്തുക		
ദൂരം: 3 മീ **നിർദ്ദേശങ്ങൾ**: വലിയ E യിൽ തുടങ്ങുക, ഒരു സമയത്ത് ഒരു കണ്ണ് മാത്രം പരിശോധിക്കുക. 	*വലത് കണ്ണിന് വ്യക്തമായി കാണാൻ കഴിയുന്ന ഏറ്റവും ചെറിയ E അടയാളപ്പെടുത്തുക തുടർന്ന് ഇടത് കണ്ണ്*	
	ചെറിയ E L ☐ R ☐	ദൂരക്കാഴ്ച സാധാരണ നിലയിലാണ്
	ഇടത്തരം E L ☐ R ☐	ഈ വ്യക്തിയ്ക്ക് കുറിപ്പടി കണ്ണടകൾ ആവശ്യമായി വന്നേക്കാം ☞ ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന് റഫർ ചെയ്യുക
	വലിയ E L ☐ R ☐	
	വലിയ E കാണുന്നില്ല L ☐ R ☐	ഈ വ്യക്തിയ്ക്ക് കാഴ്ചാക്കുറവിനായുള്ള സഹായക ഉൽപ്പന്നങ്ങളിൽ നിന്ന് പ്രയോജനം ലഭിച്ചേക്കാം ☞ ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന് റഫർ ചെയ്യുക → ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന്റെ വിലയിരുത്തൽ പ്രക്രിയയ്ക്ക് ശേഷമാണ് കാഴ്ചാ സഹായക ഉത്പന്ന വിലയിരുത്തൽ പ്രക്രിയ

ലളിതമായ സമീപക്കാഴ്ചാ പരിശോധന നടത്തുക			
ദൂരം: 40 സെ. മീ (അല്ലെങ്കിൽ വ്യക്തിയ്ക്ക് സൗകര്യപ്രദമായ അകലത്തിൽ) **നിർദ്ദേശങ്ങൾ**: രണ്ട് കണ്ണുകളും ഒരേ സമയത്ത് പരിശോധിക്കുക (രണ്ട് കണ്ണുകളും തുറക്കുക)	E കൾ കാണാൻ കഴിയുന്നുണ്ട് ☐	സമീപക്കാഴ്ച സാധാരണ നിലയിലാണ്.	
	E കൾ കാണാൻ കഴിയുന്നില്ല ☐	വ്യക്തിയ്ക്ക് പ്രായം **40 ഓ അതിൽ കൂടുതലോ**, **ദൂരക്കാഴ്ച സാധാരണമോ** ആണെങ്കിൽ →	വായനാ കണ്ണടകൾക്കായുള്ള വിലയിരുത്തൽ പ്രക്രിയ
		വ്യക്തിയ്ക്ക് **പ്രായം 35 ൽ താഴെ**യാണെങ്കിൽ ☞	നേത്രാരോഗ്യ പരിശോധനയ്ക്ക് റഫർ ചെയ്യുക

4. വ്യക്തിയുമായി ചർച്ച ചെയ്യുകയും പ്രവർത്തനങ്ങൾ തീരുമാനിക്കുകയും ചെയ്യുക

റഫർ:	ആരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന് ☐	വിലയിരുത്തുക:	വായനാ കണ്ണടകൾ ☐
	നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന് ☐		കാഴ്ചാ സഹായക ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ (നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന്റെ വിലയിരുത്തൽ പ്രക്രിയയ്ക്ക് ശേഷം) ☐
	മറ്റുള്ളവ: ✎	നടപടി ആവശ്യമില്ല ☐	

☞ റഫറൽ ശുപാർശകൾ ✎ കുറിപ്പുകൾ ഇവിടെ എഴുതുക

അധിക വിവരങ്ങൾ: നേത്രാരോഗ്യവും കാഴ്ചാ സ്ക്രീനിംഗും

TAP

ലളിതമായ ദൂരക്കാഴ്ചാ പരിശോധന എങ്ങനെ നടത്താം	
	• പരിശോധനാ ദൂരം: 3 മീറ്റർ • ഒരു സമയം ഒരു കണ്ണ് മാത്രം പരിശോധിക്കുക, മറ്റേ കണ്ണ് കൈപ്പത്തി കൊണ്ട് മെല്ലെ മറയ്ക്കുക. • ഇടത് കണ്ണ് പരിശോധിക്കുന്നതിന് മുൻപ് വലത് കണ്ണ് പരിശോധിക്കുക. • വലിയ E യിൽ തുടങ്ങുക, പിന്നീട് ഓരോ വരിയും പരിശോധിക്കുക. • E കൾ വ്യക്തമായി കാണാൻ കഴിയുന്നുണ്ടെങ്കിൽ വ്യക്തി ഓരോ വരിയിലും 'വിജയിക്കും' • വ്യക്തിയ്ക്ക് ഓരോ കണ്ണുകൾ കൊണ്ടും കാണാൻ കഴിയുന്ന ഏറ്റവും ചെറിയ E യുടെ വരി ഏതെന്ന് രേഖപ്പെടുത്തുക.

ലളിതമായ സമീപക്കാഴ്ചാ പരിശോധന എങ്ങനെ നടത്താം	
	• പരിശോധനാ ദൂരം: 40 സെ. മീ. അല്ലെങ്കിൽ വ്യക്തിയ്ക്ക് സൗകര്യപ്രദമായ അകലത്തിൽ. • രണ്ട് കണ്ണുകളും ഒരേ സമയം പരിശോധിക്കുക (രണ്ട് കണ്ണുകളും തുറക്കുക). • വ്യക്തിയോട് E - ചാർട്ട് മുന്നിലായി പിടിക്കുവാൻ പറയുക. അവർക്ക് അത് എളുപ്പത്തിൽ പിടിക്കുവാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ, നിങ്ങൾ അവർക്കായി ഇത് പിടിച്ച് കൊടുക്കണം. • ചാർട്ടിന്റെ താഴെയുള്ള 5 E കളുടെ വരി പരിശോധിക്കുക. • സമീപക്കാഴ്ചയിൽ അഞ്ചിൽ നാല് E കൾ വ്യക്തമായി കാണാൻ കഴിയുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ആ വ്യക്തി 'വിജയിക്കും' • സമീപക്കാഴ്ചയിൽ അഞ്ചിൽ നാല് E കൾ വ്യക്തിയ്ക്ക് കാണുവാൻ കഴിയുന്നുണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്നത് രേഖപ്പെടുത്തുക.

ആരോഗ്യക്കുറവുള്ള കണ്ണിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ	
നിങ്ങൾ കാണുന്നത് എന്തെല്ലാം	• ചുവപ്പ് അല്ലെങ്കിൽ നീര് • കണ്ണിലോ കണ്ണിന് സമീപത്തോ കുരുക്കൾ, മുഴകൾ അല്ലെങ്കിൽ രോഗത്തിന് കാരണമായേക്കാവുന്ന തരം വളർച്ചകൾ • കണ്ണിൽ നിന്ന് സ്രവം വരുക • കണ്ണിന്റെ മധ്യഭാഗം (കൃഷ്ണമണി) വെളുത്തതോ മൂടപ്പെട്ടതോ (തിമിരത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ) • കൃഷ്ണമണി വെളിച്ചത്തോട് പ്രതികരിക്കുന്നില്ല • പെട്ടെന്നും വേഗത്തിലുമുള്ള നേത്ര ചലനങ്ങൾ
ആളുകൾ പറയുന്നത് എന്തെല്ലാം	• ഏതാനും മണിക്കൂറുകൾ നീണ്ട് നിന്ന പെട്ടെന്നുള്ള മോശമായ തലവേദന • കണ്ണുകളിൽ വേദനയും അസ്വസ്ഥതയും ഉണ്ട് (ഉദാഹരണമായി, ചൊറിച്ചിൽ, കണ്ണിൽ നിന്ന് സ്രവം വരുക, വരൾച്ച)
നിങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടത് എന്തെല്ലാം	• ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന്റെ അടുക്കലേക്ക് റഫർ ചെയ്യുക. • കാഴ്ചാ പരിശോധനകൾ നടത്തുക, പൂർണ്ണമായ ഫോമിന്റെ ഒരു പകർപ്പുമായി വ്യക്തിയെ നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധന്റെ അടുക്കലേയ്ക്ക് അയക്കുക.

വ്യക്തിയ്ക്ക് കണ്ണടകളുണ്ടെങ്കിൽ ചെയ്യേണ്ടത് എന്തെല്ലാം?	
കണ്ടുപിടിക്കുക	• ആ കണ്ണടകൾ അവർക്കായി നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടവയാണോ? നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടവയെന്നാൽ, ഒരു കാഴ്ചാ പരിശോധനയ്ക്ക് ശേഷം, അവർക്കായി മാത്രം തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട അല്ലെങ്കിൽ നിർമ്മിക്കപ്പെട്ട കണ്ണടകൾ. ഈ പരിശോധന നടത്തേണ്ടത് പരിശീലനം സിദ്ധിച്ച ഒരു നേത്രാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധനാകണം. • ഈ കണ്ണടകൾ ദൂരെ നിന്നോ, അടുത്ത് നിന്നോ (സമീപം) അല്ലെങ്കിൽ രണ്ട് സാഹചര്യങ്ങൾക്കും കൂടിയുള്ള കാഴ്ചയ്ക്കാണോ നൽകിയിരിക്കുന്നത്?

പരിശോധനാ സമയത്ത് അവർ കണ്ണടകൾ ധരിക്കേണ്ടതുണ്ടോ ?	ഉണ്ട്	• **ദൂരക്കാഴ്ചയ്ക്കായി കണ്ണടകൾ നിർദേശിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ**, ലളിതമായ ദൂരക്കാഴ്ച്ചാ പരിശോധനാ സമയത്ത് ഇവ ധരിക്കേണ്ടതാണ് • **സമീപക്കാഴ്ചയ്ക്കായി കണ്ണടകൾ നിർദേശിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ**, ലളിതമായ സമീപക്കാഴ്ച്ചാ പരിശോധനാ സമയത്ത് ഇവ ധരിക്കേണ്ടതാണ് • ദൂരക്കാഴ്ചയ്ക്കും സമീപക്കാഴ്ചയ്ക്കും **രണ്ടിനുമായും കണ്ണടകൾ നിർദേശിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ**, ദൂരക്കാഴ്ച്ചാ പരിശോധനാ സമയത്തും സമീപക്കാഴ്ച്ചാ പരിശോധനാ സമയത്തും ഇവ ധരിക്കേണ്ടതാണ്.
	ഇല്ല	• അവർക്കായി കണ്ണടകൾ നിർദേശിച്ചിട്ടില്ലെങ്കിൽ, അവരുടേതല്ലെങ്കിൽ, അല്ലെങ്കിൽ അവ എന്തിനു വേണ്ടിയുള്ളവയാണെന്ന് ഉറപ്പില്ലെങ്കിൽ - പരിശോധനാ സമയത്ത് ഇവ ധരിക്കരുത്.