



بیمارستان آیت الله مدنی بجنستان

تشنج



EPILEPSY

بخش داخلی

تدوین: واحد آموزش و کلینیک خودمراقبتی

بهار ۱۴۰۱

مصرف دارو هرگز نباید قطع شود حتی اگر حملات تشنجی دیگر وجود نداشته باشد.

در صورتی که بیمار به دلیل بیماری قادر به خوردن دارو ها نمی‌باشد به پزشک مربوطه گزارش دهید.

تا زمانی که اثرات دارو مورد ارزیابی قرار نگرفته است از انجام فعالیت هایی که نیازمند هماهنگی و هوشیاری است پرهیز نمایید (رانندگی، کار با ماشین آلات).

علایم بروز مسمومیت با دارو شامل خواب آلودگی، سست و بی حال شدن، سر گیجه، اشکال در راه رفتن، افزایش فعالیت، کانفیوژن، خواب نامناسب، و اختلالات بینایی را به پزشک خود گزارش کنید تا بتوان میزان دارو را تنظیم کرد.

به منظور اجتناب از غرق شدن در آب، به جای وان از دوش جهت استحمام استفاده کنند. هرگز تنها اقدام به شنا کردن ننمایید.

از مصرف زیاد الکل، خستگی و کاهش میزان خواب پرهیز شود. لزوم استفاده از دستبندهای هشدار دهنده طبی، گردنبند و کارت شناسایی.

خوردن منظم وعده های غذایی و میان وعده در صورت احساس ضعف، غش یا گرسنگی.

بیمارانی که دارای اورا می باشند قبل از تشنج مکانی خلوت و ایمن پیدا کنند.



نکات مراقبت از بیمار و آموزش به خانواده :

در هنگام وقوع تشنج :

اطراف بیمار را خلوت کنید و بیمار را از دید افراد کنجکاو دور نگه دارید.

در صورت امکان بیمار را بر روی زمین قرار دهید.

هیچ ماده خوراکی به بیمار ندهید حتی آب.

سر را با استفاده از یک بالش محافظت نموده و از بروز آسیب دیدگی سر پیشگیری نمایید.

لباسهای تنگ که بر بدن فشار وارد می کند را باز کنید.

هر نوع اسباب و اثاثیه منزل که ممکن است هنگام بروز تشنج به بیمار آسیب برساند را به سمت کناره های اتاق بکشانید.

اگر بیمار بر روی تخت قرار دارد، بالش ها را برداشته و نرده های کناری را بالا ببرید.

اگر قبل از بروز حمله، اورا وجود دارد، برای کاهش احتمال گاز گرفتگی زبان یا لب، جسم سفتی (چوبی یا چرمی یا پارچه ای) بین دندانهای بیمار بگذارید، تا زبانش در اثر قفل شدن دندانها آسیب نبیند.

هرگز سعی نکنید تا فک های بیمار را که در اثر اسپاسم به هم فشرده شده را به زور باز کرده و چیزی بین آنها قرار دهید. نتیجه چنین عملی می تواند شکستن دندان ها و آسیب دیدگی زبان و لب ها باشد.

هیچ کوششی در جهت مهار یا محدود کردن بیمار در خلال تشنج نباید صورت گیرد، چون انقباضات عضلانی قوی بوده و مهار بیمار می تواند سبب آسیب دیدگی شود.

در صورت امکان بیمار را به یک پهلو خوابانده و سر وی را اندکی به طرف جلو خم نمایید تا زبان به سمت جلو متمایل شده، تخلیه بزاق و موکوس به راحتی صورت گیرد.

تعریف تشنج

اختلال موقتی در مغز، که این اختلال دو خصوصیت دارد: اول اینکه به صورت ناگهانی آغاز میشود و دوم اینکه غیر ارادی و غیر قابل کنترل است.

علائم تشنج

فرد دچار اختلال هوشیاری می‌شود. (اطرافیان را نشناسد، متوجه زمان و مکان نباشد، به صدا زدن پاسخ ندهد یا بیهوش روی زمین بیفتد.)

حرکاتی غیر ارادی در اعضای بدن بیمار ظاهر می‌شود که ممکن است قسمتی از بدن یا تمام اعضا را درگیر کند.

ممکن است بیمار به شدت دست و پا بزند، روی زمین بیفتد، روی زمین بیفتد، سر و چشمهای بیمار به یک طرف بچرخد یا اینکه فقط یک دست یا یک پای بیمار دچار حرکات تکان دهنده شدید شود و این حالت چند ثانیه تا چند دقیقه طول بکشد که معمولاً کمتر از ۱۰ دقیقه می‌باشد.

ممکن است بیمار در زمان حمله، کنترل ادرار خود را از دست بدهد.

گاهی بیمار بصورت ناگهانی رفتاری غیر عادی نشان میدهد مثلاً بدون آنکه متوجه باشد شروع به دویدن میکند.

ممکن است برای چند لحظه به نقطه ای خیره شده و در این مدت متوجه اطراف نباشد.

علت تشنج ناشی از تب

بیشتر مواقع تشنج همراه با تب در اثر عفونتهای ویروسی دستگاه تنفس فوقانی یا عفونت حاد گوش میانی ایجاد می‌شود. گاهی ممکن است علت تشنج مننژیت باشد.

اگر بیمار شما مبتلا به حملات تشنج ناشی از تب می‌شود به این نکات توجه کنید:

⇐ هرگاه بیمار شما به علت سرماخوردگی یا هر عفونت دیگری دچار تب شدید شد، حتماً با استفاده منظم از داروی ضد تب استامینوفن و پاشویه با آب ولرم تب بیمار را کاهش دهید.

⇐ هیچگاه برای کاهش تب بیمار از آسپرین یا آمپول‌های تب بر استفاده نکنید.

⇐ بیمار را برای بررسی علت تب، نزد پزشک ببرید.

⇐ در صورتی که پزشک احتمال مننژیت را در بیماری بدهد، کشیدن مایع نخاع جهت آزمایش و تشخیص بیماری ضروری است. در این زمینه با پزشک همکاری کنید.

⇐ اگر بیمار شما سابقه تب و تشنج دارد، با نظر پزشک در زمان تب شدید علاوه بر استامینوفن و پاشویه کردن بیمار از داروی ضد تشنج به مقداری که پزشک دستور داده استفاده کنید تا از تشنج بیمار پیشگیری شود.

⇐ اگر بعد از تشنج بیمار پزشک دستور داد تا بیمار شما به مدت طولانی حدود ۲ سال از داروهای ضد تشنج استفاده کند. حتماً این داروها را طبق دستور در زمان مناسب مصرف کنید و از کم کردن یا قطع کردن خود سرانه داروها بپرهیزید.

⇐ در سنین ۶ ماه تا ۵ سالگی مغز به افزایش درجه حرارت بدن حساس است، در نتیجه ۳ تا ۴ درصد بیماران در این سنین با تب‌های شدید دچار تشنج می‌شوند. اکثریت این بیماران بعد از ۵ سالگی تشنج نمی‌کنند.

اگر بیمار شما مبتلا به حملات تشنج بدون تب (صرع) است به این نکات دقت فرمایید:

⇐ بیمار شما تا زمانیکه پزشک دستور دهد باید ضد تشنج مصرف کند.

⇐ هیچ‌گاه دارو خود سرانه قطع نکنید یا مقدار آن را کاهش ندهید.

⇐ افراد مبتلا به حملات تشنج بدون تب، باید همواره مراقبت شوند بدون آنکه فعالیت فعالیت جسمی ایشان محدود شود.

⇐ در زمان انجام کارهای حساس مثل شنا یا استحمام حتماً از نزدیک مراقب بیمار باشید.

⇐ اگر بیمار تمایل به بالا رفتن از بلندی رفتن از بلندی‌ها درخت یا وسایل بازی دارد، نزد بیمارتان بمانید.

⇐ در صورتی که بیمارتان دچار حمله تشنج شد او را به پهلو خوابانید، جسم سفتی (چوبی یا چرمی یا پارچه ای) بین دندانهای بیمار بگذارید، تا زبانش در اثر قفل شدن دندانها آسیب نبیند.

⇐ از رانندگی تا یکسال پس از کنترل تشنج بپرهیزید.

⇐ خواب منظم داشته باشد.

⇐ پرهیز از گرسنگی و روزه داری طولانی مدت داشته باشد.

⇐ بیماران مستعد تشنج ممکن است با یک تب خفیف فشار روحی، خستگی یا مصرف بعضی داروها (مثل تیوفیلین) دچار تشنج شوند، حتماً بیمارتان را از این نظر محافظت کنید

میزان فعالیت

بعد از تشنج چون بیمار احساس خستگی میکند ممکن است مدت کوتاهی بخوابد اما بعد از بیدار شدن محدودیت فعالیت ندارد.