



پزشکان قائم‌شهر

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی قائم (ع)

واحد آموزش به بیمار و خانواده

دانستنی های مهم در تشنج



با رویکرد خودمراقبتی و آموزش به مددجو

تاریخ ویرایش: بیست فروردین ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: بیست فروردین ۱۴۰۲

کد بازنگری: ۰۰۵



کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه مرکزی بیمارستان قائم (عج) اتاق ۱۴ با کادری مجرب همه روزهای هفته به جز یکشنبه و پنجشنبه از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۱:۳۰ بصورت رایگان آماده پاسخگویی به سوالات شما بصورت حضوری یا غیر حضوری با شماره ۰۵۱-۳۸۰۱۲۵۵۱ (ساعت ۱۱ تا ۱۲ پاسخگویی تلفنی) می باشد.



مددجو و همراه گرامی

با شناسه پیگیری که در خلاصه پرونده یا برگه آزمایش است می توانید کلیه آزمایشات معوقه را از طریق آدرس زیر پیگیری کنید

<https://labresult.mums.ac.ir/>

منبع:

1. <https://medlineplus>.

2. <https://www.clinicalkey.com>

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

۱- هیچ گاه دارو را خود سرانه قطع نکنید یا مقدار آن را کاهش ندهید.

۲- افراد مبتلا به حملات تشنج بدون تب (صرع) باید همواره مراقبت شوند بدون آن که فعالیت جسمی ایشان محدود شود.

۳- در صورتی که بیمار تان دچار حمله تشنج شد او را به پهلو بخوابانید جسم سفتی (چوبی یا چرمی یا پارچه ای) بین دندانهای بیمار بگذارید تا زبانش در اثر قفل شدن دندانها آسیب نبیند(البته هیچ وقت سعی نکنید به زور و با اعمال فشار این کار را انجام دهید زیرا ممکن است سبب آسیب شود).

اطراف بیمار را خلوت کنید و لباسهای تنگ یا زیور آلات را از گردن او باز کنید تا راحت تر نفس بکشد. در زمان تشنج هیچ ماده خوراکی یا آب را وارد دهان بیمار نکنید و سرِیعا او را به بیمارستان برسانید.



مددجوی گرامی این برکه آموزشی، حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در رابطه با حملات تشنجی است. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده، هر چه سریعتر سلامت خود را باز یابید.

تعریف تشنج:

اختلالی در مغز، که به صورت ناگهانی آغاز می شود و غیر ارادی و غیر قابل کنترل است.

علائم تشنج چیست؟

- ۱- فرد دچار اختلال هوشیاری شود (اطرافیان را نشناسد، متوجه زمان و مکان نباشد، به صدا زدن شما پاسخ ندهد یا بیهوش روی زمین بیفتد).
- ۲- حرکاتی غیر ارادی در اعضای بدن بیمار ظاهر شود این حرکات ممکن است قسمتی از بدن یا تمام اعضا را درگیر کند. ممکن است بیمار به شدت دست و پا بزند، روی زمین بیفتد، سر و چشمهای بیمار به یک طرف بچرخد یا این که فقط یک دست یا یک پای بیمار دچار حرکات تکان دهنده شدید شود و این حالت چند ثانیه تا چند دقیقه طول بکشد معمولاً این حملات کمتر از ۱۰ دقیقه طول می کشد.



- ۳- ممکن است بیمار در زمان حمله کنترل ادرار خود را از دست بدهد.
- ۴- گاهی بیمار به صورت ناگهانی رفتاری غیر عادی نشان میدهد مثلاً بدون آنکه متوجه اطراف باشد، شروع به دویدن میکند.
- ۵- ممکن است بیمار برای چند لحظه به نقطه ای خیره شده و در این مدت متوجه اطراف نباشد.

روشهای تشخیصی:

- ♦ انجام معاینات و آزمایشات خون
- ♦ نوار مغز که فعالیت الکتریکی مغز را اندازه گیری می کند
- ♦ ام ار ای و سی تی اسکن



آموزش به بیمار و خانواده:

- ۱- دور کردن اجسام تیز از اطراف بیمار جهت جلوگیری از بروز صدمه
- ۲- نباید تلاش شود فرد را محکم نگه دارند.
- ۳- تا زمانی که خطر صدمه دیدن است بیمار جابجا نشود
- ۴- گاهی اوقات رسیدن به سن بزرگسالی تشنج متوقف می شود ولی گاهی ادامه می یابد.

اگر بیمار شما مبتلا به حملات تشنج است به این نکات

دقت فرمائید:

- ۱- کم یا قطع کردن دارو به عهده پزشک است و برای قطع کردن دارو بیمار باید تا سه سال تشنج نداشته باشد. پس به هیچ عنوان دارو قطع نشود.
- ۲- همیشه بین کار و غذا خوردن - ورزش تعادل داشته باشید.
- ۳- یک کارت شناسایی یا گردن آویز جهت شناسایی بیماری تان همراه داشته باشید.
- ۴- شرایط بیماری خود را برای اطرافیان توضیح دهید که در صورت ضرورت بتوانند به شما کمک نمایند.
- ۵- در صورت عدم کنترل تشنج از اقدامات زیر امتناع نمایید مانند:

مانند شنا و اسکی - کوهنوردی - بالا رفتن از درخت

(چیدن خرما) و حتماً برای انتخاب ورزش با پزشک

مشورت کنید

- ۶- استفاده از انرژی مثبت و تکنیک پیشرفته برای کم کردن استرس
- ۷- خواب کافی شبانه در کنترل تشنج بسیار مهم است.
- ۸- در صورت تب از داروهای ضد تب استفاده شود.
- ۹- بهتر است مشاغل سخت را انتخاب نکنید.
- ۱۰- پرهیز از داروهای تاثیر گذار روی روان مثل محرک ها و خواب آورها.
- ۱۱- می کند ممکن است مدت کوتاهی بخوابد اما بعد از بیدار شدن محدودیت فعالیت ندارد