

صرع

گروه هدف: بیمار و همراهان



تهیه کننده: گروه آموزش به بیمار

- کم خوابی: توصیه می شود که از خسته کردن بیش از حد خود، کم خوابی و انجام شغل های شیفیتی و شبانه خودداری نمایند.
- استرس و فشارهای عصبی: بدانید افسردگی و روحیه ضعیف می تواند باعث افزایش تعداد حملات شود.
- بازی کامپیوتری و تماشای تلویزیون بیش از حد، این موارد دارای نورهای چشمک زن هستند.

پس بهتر است:

- ✓ در اتاقی با نور خوب و مناسب به تماشای تلویزیون بپردازید.
- ✓ حداقل به میزان دو ونیم متر با تلویزیون فاصله داشته باشید.
- ✓ بدون اینکه به تلویزیون نزدیک شوید برای تغییر کانالها از کنترل استفاده کنید.
- ✓ با مشاهده اولین علائم تب، درجه حرارت بدن باید با مصرف داروی استامینوفن و با پاشویه کردن بیمار پایین آورده شود.
- ✓ بیش از حد در معرض نور خورشید قرار گرفتن و از دست دادن زیاد آب بدن، می تواند دمای بدن کودک را بالا ببرد و باعث تشنج شود.

منبع:

کتاب پرستاری برونر- سودارث (بخش اعصاب) 2018

- ✓ عوارض دارو مثل گیجی، خستگی، پرفعالیتی، حرکات غیر قابل کنترل چشم، مشکلات گفتاری یا بینایی، تهوع و استفراغ و اختلال خواب به پزشک اطلاع داده شود.
- ✓ برای پیشگیری از حملات صرع بهتر است یک رژیم غذایی سالم، خواب کافی و سطوح استرس پایین داشته باشید.
- ✓ تب را در کودکان کنترل کنید چون عاملی برای تشنج است.
- ✓ بعد از اتمام تشنج بیمار را نسبت به محیط آگاه کنید.
- ✓ اگر به شما حالتی دست می دهد که می فهمید تا چند لحظه دیگر تشنج خواهید کرد، سریعاً خود را به یک مکان امن رسانده و در حالت درازکش قرار گرفته تا تشنج تمام شود.
- ✓ تا یکسال بعد از تشنج رانندگی ممنوع است.

هشدار:

1. در صورتی که بیمار به مدت بیش از 10 دقیقه بیهوش بوده است.
2. بیمار دچار تشنج های مکرر شده است و یا این تشنج اولین تشنج اوست با مرکز اورژانس تماس بگیرید.

در صورت مبتلا بودن به بیماری صرع از انجام چه اقداماتی پرهیز کنید:

- مصرف زیاد الکل

صرع

اختلال عملکرد مغزی که به علت تخلیه ناگهانی امواج الکتریکی داخل مغز رخ می دهد را صرع می نامند. باید بدانیم یکبار تشنج هیچگاه صرع نیست بلکه باید دو یا بیشتر از دوبار تشنج رخ دهد تا پزشک تشخیص صرع را مطرح نماید.

گاهی اوقات علت آن یک اختلال ساختمانی در مغز است اما در اغلب موارد هیچ علت خاصی یافت نمی شود ولی عواملی مانند وراثت، ضربه به سر، استفاده زیاد از الکل، نقایص مادرزادی، بیماریهایی مثل سرخک، اوریون و دیفتری، استنشاق و یا خوردن مواد سمی مثل سرب، جیوه و یا مونوکسیدکربن و یا قطع ناگهانی داروهای ضدصرع، استرس، سیگار می تواند منجر به حملات صرع شود.

انواع صرع کدامند

• صرع بزرگ

شایعترین نوع صرع است. معمولاً قبل از شروع حمله بیمار احساسات خاصی دارد. مثلاً بوی مشخصی حس می کند یا گمان می کند که نور درخشنده ای می تابد. بعد از چند لحظه بیهوش می افتد و تمام ماهیچه ها

سفت می شوند. تنفس قطع می شود اندامها تکان مختصری می خورند. بیمار ممکن است زبانش را گاز بگیرد.



صرع کوچک

این نوع صرع در کودکان و دانش آموزان شایعتر است. کودک رنگ پریده، چشمانش به یک نقطه خیره شده و از اطراف خود بی خبر است. مدت آن بسیار کوتاه است. شروع آن از سه تا سیزده سالگی است که اگر درمان اصولی شود ممکن است برای همیشه از بین برود و در بعضی موارد در سنین بالاتر به صرع بزرگ تبدیل خواهد شد.

صرع چگونه درمان می شود

صرع با داروهای ضد صرع کنترل می شود. داروهایی که بیشتر استفاده می شوند شامل فنی توئین، کاربامازپین، فنوباربیتال، پریمیدون، والپروئیک اسید، کلونازپام می باشند.

در فردی که تشنج می کند چه اقداماتی باید انجام داد

- ✓ دگمه های لباس بیمار را باز کنید.
- ✓ هرگونه جسم نوک تیز و سفت را از نزدیک بیمار در حال تشنج دور کنید.
- ✓ نباید چیزی را در داخل دهان فرد در حال تشنج قرار دهید.
- ✓ سر بیمار را به یک طرف بچرخانید تا راحت تر نفس بکشد.
- ✓ از حرکت دادن بیمار خودداری کنید مگر آنکه وی در معرض خطر فوری یا سقوط باشد.
- ✓ دارو را خودسرانه قطع نکند.
- ✓ دوره درمان طولانی است و معمولاً به مدت دوتا چهار سال بعد از آخرین حمله تشنج ادامه می یابد و سپس می توان بتدریج ظرف چند ماه با نظر پزشک معالج آنها را قطع کرد.
- ✓ بهداشت دهان و دندان را رعایت کنید.
- ✓ بیمار باید به طور مرتب ویزیت شود و سطوح خونی داروهای آنها چک شود.