



در مدت تشنج کنار بیمار بمانید .

با برداشتن وسایل اطراف و قرار دادن پتو در کف اتاق از سر بیمار محافظت کنید .

هیچ چیزی در دهان بیمار نگذارید .

پس از تشنج برای جلوگیری از آسیب‌رسانی، بیمار را به یک طرف بچرخانید و لباسهای تنگ او را آزاد کنید .

به بیمار قوت قلب بدهید و او را به زمان و مکان آگاه کنید .

برای بیمار یک محیط آرام فراهم کنید .

خانم‌ها لازم است بدانند در طول قاعدگی و حاملگی فعالیت‌های تشنجی ممکن است افزایش یا کاهش پیدا کند .

ادرار و مدفوع ، گاز گرفتن زبان ، تنگی نفس و سیانوز ، خواب به دنبال تشنج و تغییر سطح هوشیاری

عوارض: اختلال تنفسی ، صدمات جسمی ، صرع پایدار و آسیب‌رسانی

درمان :

اگر تشنج در رابطه با تب اتفاق افتاده است باید علت تب مشخص شود .

اگر حملات تشنج به طور مکرر اتفاق بیفتند پزشک داروهایی تجویز خواهد کرد که از وقوع مجدد آن‌ها پیشگیری می‌کند . مصرف داروها باید طبق دستور پزشک و در راس ساعت معین باشد .

گزینه درمانی انتخاب شده توسط پزشک ، به عامل به وجود آورنده تشنج بستگی دارد .

مراقبت در منزل :

در طول مدت تشنج از مهار کننده‌های حرکتی استفاده نکنید . برای جلوگیری از سقوط بیمار او را به آرامی در کف اتاق قرار دهید .

تعریف: تشنج رویداد حمله‌ای می‌باشد که تخلیه فعالیت الکتریکی مغز باعث ایجاد انقباض‌های غیر ارادی عضلانی می‌شود ، و این انقباضات غیر ارادی عضلانی منجر به اختلال در هوشیاری رفتار ، حس و عملکرد بدن می‌شود .

علل تشنج :

تومورهای مغزی ، تروما یا آسیب دیدگی سر بیماری‌های مغزی عروقی ، تب ، عفونت سیستم عصبی مرکزی ، اختلالات متابولیک مانند کاهش قند خون ، کاهش سدیم و کلسیم خون ، افزایش قند خون ، هیپوتیروئیدی ، افزایش فشار خون نارسایی کلیوی ، سم‌ها و توکسین‌ها ، محرومیت از دارو یا عدم پیروی از رژیم دارویی ، خستگی ، بی‌خوابی ، فلاش‌های نورانی و غیره .

علائم :

حرکات غیر ارادی و تکراری عضلات ، تکان خوردن ضربه زدن ، انقباضات ناگهانی گروه‌های عضلانی بهم خوردن پلک‌ها ، تکان خوردن صورت ، ملج ملج کردن لب‌ها ، انحراف چشم‌ها و سر به یک طرف ، اسپاسم‌های عضلانی متناوب ، بی‌اختیاری



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

تشنج



واحد آموزش سلامت - بازنگری ۱۴۰۳

سایت بیمارستان: <http://shohada.lums.ac.ir>

شماره تلفن های بیمارستان: ۷-۳۳۲۳۶۴۰۱

رژیم غذایی :

برای جلوگیری از کاهش سطح قند خون ، بر اهمیت رژیم غذایی متعادل همراه با وعده های غذایی با فاصله کوتاه در طول روز تاکید می شود .

از مصرف مواد تحریک کننده مانند الکل یا کافئین خودداری کنید ، زیرا محرومیت از این مواد می تواند باعث ایجاد تشنج شود .

در زمانی که بیرون از منزل هستید ، نیاز است نام و شماره تلفن های ضروری را به همراه داشته باشید .

خانواده بیمار نیاز است که بیمار را تشویق کنند تا در اجتماع حضور فعال داشته باشد ولی به حمایت بیش از حد منجر نشود .

منابع :

هندبوک آموزش به بیمار ، ماری . ام . کانابو ، انتشارات جامعه نگر ، ۱۳۹۶

کتاب داخلی جراحی مغز و اعصاب ، برونر سوارث ۲۰۱۸

تشنج می تواند باعث مرگ جنین شود . مصرف داروهای ضد تشنج حین حاملگی منجر به نقایص مادرزادی در حین تولد می شود .

قطع ناگهانی مصرف داروهای ضد تشنج منجر به نقایص مادرزادی در حین تولد می شود .

قطع ناگهانی مصرف داروهای ضد تشنج می تواند باعث تشنج شود و همچنین عدم مصرف این داروها ، یکی از علل شایع حالت های تشنجی پایدار است .

فراموش کردن یک دوز دارو ، می تواند باعث تسریع فعالیت های تشنجی در چندین روز بعد شود .

بر داشتن استراحت کافی و اجتناب از خستگی زیاد تاکید می شود .

در صورتی که فرد دچار تشنج های پی در پی می شود ، باید از فعالیت های رانندگی خودداری کند .

برای انجام فعالیت ها از نظر خطرات بالقوه ، داشتن یک دوست یا همراه هنگام شرکت در فعالیت های پر خطر مانند شنا کردن ، بالا رفتن از کوه ، دوچرخه سواری و ... لازم است .