

## تشنج چیست ؟

تشنج حملات و فعالیت غیر طبیعی حسی ، حرکتی ، روانی (یا ترکیبی از این فعالیتها) هستند که علت آنها تخلیه ناگهانی و بیش از حد سلولهای مغزی است.

تشنج یک قسمت یا تمام مغز گرفتار می شود و معمولاً ناگهانی و گذراست .

## علت تشنج

بیشترین علت آن در خود مغز بدنال ضربه به سر ، سکتة مغزی ، عفونت پرده های مغز می باشد.

گاهی خفگی و کمبود اکسیژن ، پایین آمدن قند خون ، نارسایی کبدی باعث تشنج می شود.

## علائم تشنج

لرزش یا تکان شدید بدن ، تغییر حالت چشم ، خروج کف از دهان ، کبودی

## درمان

به دو دسته، دارویی و غیر دارویی تقسیم می شود.

## درمان غیر دارویی

حذف عوامل خطرناک به خصوص پیشگیری از آسیب های مغزی می باشد که از زمان جنین شروع می شود .

و شامل خودداری از مصرف دخانیات ، عدم مصرف الکل ، خودداری از محیط های آلوده مثل رادیو اکتیو (اشعه می باشد).



## درمان دارویی

با داروهای معمولی ۷۰-۶۰ درصد تشنج بیماران کنترل میشود

## در صورت تجویز فنی توئین

دارو همراه غذا یا بعد از غذا میل شود

توصیه می شود که بهداشت دهان پس از صرف هر وعده غذا رعایت شود.

از نخ دندان به طور روزانه استفاده شود و هر ۶ ماه یک بار به دندانپزشکی مراجعه شود.

این دارو رنگ ادرار را به رنگ صورتی یا قرمز مایل به قهوه ای تغییر می دهد که طبیعی می باشد.

## در صورت تجویز فنوباریتال

از انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارد (مثل رانندگی یا کار با ماشین آلات) اجتناب شود.

## در صورت مصرف کارمابازین

دارو همراه غذا یا بعد از غذا میل شود

و از انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارد (مثل رانندگی) اجتناب شود

و از قرار گرفتن در مقابل نور خودداری شود

و در برابر نور آفتاب از کرم ضد آفتاب و عینک استفاده شود.



## در صورت تجویز والپروات سدیم

از انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارد مثل رانندگی اجتناب شود

قبل از هر نوع جراحی (مثل جراحی دندان) پزشک از مصرف والپروات مطلع شود.

## محدوده فعالیت و وضعیت بدنی

انجام ورزش و پیاده روی به طور غیر مستقیم آمار تشنج را پایین می آورد

ولی از رفتن به استخر، کوه و مکان های بلند به تنهایی خودداری شود.

جلوگیری از پر خوری و چاقی و جلوگیری از استرس و اضطراب بسیار مهم است.

## اقدامات در حین حمله تشنج

در هنگام بروز تشنج خونسردی خود را حفظ کنیدو اطراف بیمار را خلوت کنید.

نرده های کنار تخت را بالا ببرید

وسيله تيزو برنده را از نزديكي کودک خود دور سازيد.

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

بیمار را به پهلو خوابانده و سر را اندکی به طرف جلو خم نمائید .





یاسن اسمه دواء و ذکره شفاء



راهنمای بیمار

# تشنج

کد محتوا: ۱۶۹

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

## آموزش به خانواده

حمایت و تصحیح وضعیت سر،  
قرار گرفتن بیمار به پهلو،  
شل کردن لباس های تنگ  
در صورت وضعیت ایستاده یا نشسته قرار دادن وی در  
وضعیت خوابیده.

## توصیه کلی به این بیماران

این بیماری درمان پذیر و خوش خیم می باشد  
به هیچ وجه نگران ازدواج و عواقب بعدی نباشید  
در مجموع چون یک بیماری خوش خیم می  
باشد بهتر است در صورت ثابت شدن این بیماری  
توسط پزشک متخصص، اقدامات درمانی انجام  
گیرد  
و مطمئن باشید که درصد زیادی از این افراد به  
طور کامل درمان خواهند شد.

تهیه کننده: زهره معصومی "کارشناس پرستاری"  
منبع: درسنامه داخلی جراحی پرستاری برونر سوارث ۲۰۱۸  
مشاور علمی: دکتر خورش "متخصص داخلی اعصاب"  
طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش  
سلامت"  
بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا (س) شهر یور ۱۳۹۹



لباسهای تنگ که بر بدن فشار وارد می کند را  
باز کنند  
هرگز سعی نکنید که مانع حرکات بیمار شوید.  
سعی نکنید که چیزی در دهان بیمار خود قرار  
دهید.  
از ریختن آب قند و مایعات در دهان او خودداری  
کنیم.

## آموزش به بیمار

داروها را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.  
هرگونه عارضه جانبی را گزارش دهید.  
از دستبند مخصوص هشدار پزشکی یا کارت  
شناسایی شخصی که نام داروهای ضد تشنجی  
مصرف شده و اسم پزشک بیمار در آن ثبت  
گردیده استفاده نمایید.  
پرهیز از مصرف الکل، خستگی و کاهش میزان  
خواب

