

صرع حساس به نور

گاهی اوقات تشنجهای ، با نور چشمک زن ، نور تابشی یا حتی شکل‌های هندسی منظم تکرار شونده آغاز میشوند به این وضعیت نادر صرع حساس به نور گفته میشود .

شیوع

در جامعه تقریباً از هر ۲۰۰ نفر یک نفر مبتلا به صرع وجود دارد و درصد کمی از این افراد تحت تاثیر نور چشمک زن دچار تشنج میشوند چنین حساسیتهایی در کودکان و نوجوانان شایع تر است و با افزایش سن ، شیوع آن نیز کم میشود به طوریکه از حدود سنین ۲۵ تا ۳۰ سالگی به ندرت دیده میشود .

چگونگی تشخیص صرع حساس به نور

اکثر مصروعین به این موضوع که چگونه میتوان صرع و تحریک نور را تشخیص داد آگاه هستند نوار مغزی استاندارد با تحریک نور مانند نور چشمک زن انجام میشود و در صورتیکه حساسیت به نور وجود داشته باشد ممکن است در این مرحله مشخص شود .

عوامل ایجاد صرع حساس به نور

موارد زیر ممکن است سبب شروع حمله تشنج در فرد حساس به نور شوند :

دیدن صفحه تلویزیونی ، بازی ویدئویی ، استفاده از برنامه های گرافیکی کامپیوتری

داشتن تلویزیون پر برفک یا دیگر منابع نوری که با فرکانس کمی چشمک بزند .

دیدن درخشش دسته پرتوهای نور که از لابه لای درختان می گذرد .

نگاه کردن به مناظر بیرون ماشین یا قطار در حال حرکت

دیدن نور منعکس شده توسط آب

نورهای چشمک زن مصنوعی

نگاه کردن پله برقی در حال حرکت

کثرت تحریک (تعداد تحریکات نوری در ثانیه)

شدت تحریک نوری

مقدار نور زمینه (محیط)

رنگ نور

باز یا بسته بودن چشم بیمار

گاهی اوقات نیز اشخاص به شکلها یا الگوهای

منظم هندسی مثلا راه راه یا چهار خانه حساسیت

پیدا می کنند

فرکانس نور چشمک زنی که بیشترین احتمال را برای

وقوع تشنج ایجاد می کند از شخصی به شخص دیگر

متفاوت است . معمولاً این تعداد نور چشمک زن بین

۵ تا ۳۰ فلاش در ثانیه است (۳۰-۵ هرتز) .

با این حال بعضی افراد به فرکانسهای بالاتر حساس

اند در فرکانسهای زیر ۵ هرتز حساسیت رایج نیست .

معمولاً نورهای رنگی چنانچه به سرعت خاموش و

روشن نشوند مشکلی ایجاد نمی کنند با این حال

نورهای چشمک زن می توانند



آغاز گر تشنج باشند به ویژه اگر نورهای محیط کم باشد . همچنین ممکن است آغاز گره های محیطی دیگری مانند فشار ، هیجان ، خستگی و غیره وجود داشته باشد بعضی از دولتهای محلی قوانینی برای فرکانس نورهای چشمک زن وضع می کنند .

متأسفانه باید گفت اگر شخص حساسیت ناشناخته ای به نور چشمک زن دارد بهتر است از این نورها دوری کند .

بازهای کامپیوتری و حملات تشنجی

در افرادی که سابقه صرع ندارند بازیهای کامپیوتری خیلی به ندرت باعث آغاز تشنج های صرعی می شوند این دسته از افراد که برای اولین بار ، هنگام بازی با کامپیوتر دچار تشنج میشوند دارای زمینه برای تشنج هائی که با نور چشمک زن آغاز میشوند هستند و بیشتر آنان دارای صرع حساس به نور میباشند .

توجه به این نکته مهم است که بدانیم شخص نباید از اینکه تنها گاه به گاه و بدون هیچگونه پیوستگی در حملات و مثلاً تنها در بازیهای کامپیوتری یا تماشای تلویزیون دچار تشنج میشود خوشحال باشد .

برای تعیین علت حقیقی تشنج بررسی دقیق تری لازم است تا توصیه پزشکی مناسبی ارائه شود .





یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

صرع حساس به

نور

کد محتوا: ۲۷۲

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

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

جهت کاهش تحریک نوری هنگام تماشای تلویزیون استفاده از چراغ روشنایی در اتاق توصیه میشود این چراغ باید سقفی و در پشت شخص تماشا کننده باشد.

بہتر است زاویہ تماشای تلویزیون ، حدود ۴۵ درجہ باشد .

توصیہ میشود اگر مجبور بہ استفاده از کامپیوتر برای مدت طولانی هستید بطور متناوب استراحت داشته باشید .

با توجه بہ اینکه نوع تشنج و عوامل تحریک کننده از فردی بہ فرد دیگر متفاوت است فرد مصروع بہتر است با پزشک خویش در این زمینہ مشورت نماید .

منبع: درسامہ داخلی جراحی پرستاری برونر سوارث ۲۰۱۸

www.iranepi.org

مشاور علمی: دکتر کیوان بصیری "متخصص داخلی اعصاب"
طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزہرا(س) شہریور ۱۳۹۹



توصیہ های کمکی بہ افراد دارای

صرع حساس بہ نور

ہر گاہ بطور ناگہانی و یا پیش بینی نشده در معرض منبع نور قرار گرفتید می توانید با پوشاندن یا بستن یک چشم تاثیرات نور چشمک زن یا تابشی را کاهش دهید .

برای تغییر دادن کانال تلویزیون از دستگاه کنترل از راه دور استفاده کنید تا بہ صفحہ تلویزیون خیلی نزدیک نشوید .

از دیدن کانالہائی کہ خوب تنظیم نشده اند تلویزیونہای پر برفک یا با کیفیت نامناسب پرهیز کنید .

از تلویزیونی با فرکانس بالا (۱۰۰ ہرتز) یا با صفحہ کوچکتر استفاده کنید .

برای جلوگیری از تابش شدید نور خورشید از عینک آفتابی استفاده کنید .

از سرگرمیہایی کہ نیاز بہ نزدیکی با صفحہ های الکترونیکی دارند پرهیز کنید بہ ویژہ اگر آنها بزرگ یا مستلزم استفاده از صفحات تلویزیونی استاندارد مثلا بازہای کامپیوتری باشند .

اغلب تشنجہا با دیدن فیلم بر روی پردہ سینما و یا دستگاه نمایشی دستی پیش نمی آیند .

خستگی مفرط اغلب خطر تشنجہای حساس بہ نور را افزایش می دہد .

