

مراقبت در تشنج



تشنج چیست؟

تشنج در واقع از عملکردهای غیرطبیعی حسی، حرکتی، خودکار یا روانی (یا ترکیبی از تمامی عوامل مذکور) است که از تخلیه ناگهانی و بیش از حد بارالکتریکی سلول های مغز ناشی می شود.

در افتراق بین تشنج و صرع باید به این نکته توجه کرد که؛ تشنج ویژگی جدایی ناپذیر صرع است، اما هر تشنجی صرع نیست. در واقع صرع یک اختلال تشنجی مزمن است.

مراقبت در خلال مدت تشنج:

اطراف بیمار را خلوت کنید. در صورت امکان بیمار را روی زمین قرار دهید سر را با استفاده از یک بالش محافظت نموده و از بروز آسیب دیدگی سر پیشگیری نمایید لباسهای بیمار شل شود (دکمه و کمربند باز شود). اگر بیمار بر روی تخت قرار دارد، بالش ها را برداشته و نرده های کنار تخت را بالا آورید. اگر قبل از بروز حمله اورا وجود دارد (یعنی بیمار علائمی حس میکند). هرگز سعی نکنید تا فک بیماری را که در اثر اسپاسم به هم فشرده شده به زور باز کرده و چیزی بین آنها قرار دهید، نتیجه چنین عملی شکستن دندانها و آسیب دیدگی زبان و لب می باشد.

هیچ کوششی در جهت مهار یا محدود کردن حرکات بیمار در خلال تشنج نباید صورت گیرد چون انقباضات عضلانی قوی بوده و مهار حرکات بیمار می تواند سبب آسیب دیدگی گردد. در صورت امکان بیمار را به یک پهلو خوابانده و سر وی را اندکی به طرف جلو خم کنید تا زبان به سمت جلو متمایل شود تا تخلیه بزاق و موکوس به راحتی صورت گیرد. اگر دستگاه ساکشن موجود باشد در صورت ضرورت برای پاک کردن ترشحات از آن استفاده نمائید.

مراقبت پس از تشنج:

برای پیشگیری از بروز آسپیراسیون، بیمار را در همان وضعیت خوابیده به پهلو نگاه دارید. از باز بودن راه هوایی اطمینان حاصل کنید. معمولا پس از تشنج های بزرگ، بیمار طی دوره ای دچار گیجی می گردد. بعد از اینکه بیمار بیدار شده و هوشیاری خود را به دست آورد باید وی را با محیط آشنا کرد. اگر بیمار پس از تشنج (یا پس از غش) دچار هیجانان شدید شد، وی را به خونسردی و آرامش دعوت کنید. به بیمار تا هوشیاری کامل غذا و آب ندهید.

شناسنامه پمفلت آموزشی کد IN-05-97

| عنوان | مراقبت در تشنج |
|--------------------|---------------------------------------|
| تهیه کننده | ایرما ریحانی کارشناس پرستاری |
| تایید کننده | کمیته آموزش به بیمار |
| سال تهیه | زمستان ۱۳۹۷ |
| ناظر کیفی | متخصص داخلی |
| دکتر فاطمه پریشان | |
| دکتر فاطمه کاظمی | |
| دکتر مریم هروآبادی | سوپروایزر آموزش به بیمار ایرما ریحانی |

مراقبت از بیماران مبتلا به تشنج در منزل:

- داروهای بیمار روزانه و دقیق طبق دستور پزشک به وی داده شود.
- هرگز داروها را قطع نکنید، حتی زمانی که فعالیت تشنجی وجود نداشته باشد.
- طبق دستور پزشک در صورت نیاز به آزمایش در زمان لازم انجام شود.
- از فعالیت هایی که نیاز به هوشیاری و هماهنگی (رانندگی، کار با ماشین و دستگاه های صنعتی) و کار دقیق دارند اجتناب کنید.
- علائم مشترک بیماری و عوارض داروهای ضد تشنج شامل خواب آلودگی، بی حالی، سرگیجه، پیاده روی دشوار، بیش فعالی، سردرگمی، خواب نامناسب و اختلالات بینایی می باشد.

- از مصرف داروهای بدون نسخه جلوگیری کنید.
- کارت شناسایی که هویت شما و تشخیص بیماری به همراه تلفن یکی از بستگان در آن ثبت شده، همیشه همراه داشته باشید.
- از استرس، کافئین، یبوست، تب، فعالیت های + شدید، کاهش قند خون بدنبال گرسنگی و مصرف غذاهایی که باعث تشنج شما میشود پرهیز نمائید.
- از شنا در آب عمیق جدا اجتناب کنید. حمام به تنهایی نروید و مدت حمام خود را کم کنید.
- درب حمام را قفل نکنید برای جلوگیری از گرمای بیش از حد محیط، دمای اتاق را کنترل کنید.
- از حضور در مکانهایی که رقص نور و نور های تند دارند اجتناب کنید.

- برای جلوگیری از خستگی و بی خوابی الگوی خواب منظمی داشته باشید.
- از مطالعه به مدت طولانی و مشاهده تلویزیون به مدت طولانی خودداری کنید.
- دوره های تشنج خود را ثبت نموده و به پزشک اطلاع دهید.

توصیه های پزشک معالج و پرستاران را در مورد مراقبت از خود بدقت انجام دهید تا به امید پروردگار سلامتی خود را بازیافته و از بیمارستان مرخص شوید.