

صرع چیست؟

تشنج ها، حملات فعالیت غیر طبیعی حسی، حرکتی یا روانی است که علت آنها تخلیه ناگهانی و بیش از حد اعصاب مغزی است. یک قسمت یا تمام مغز، گرفتار می شود. تشنجهای ناگهانی و گذرا هستند و علل متفاوت دارند، از جمله علل ژنتیکی، نقایص تکاملی و اکتسابی.

علل اکتسابی:

کم شدن اکسیژن خون، نارسایی عروقی، تب (دوران کودکی) آسیب سر، افزایش فشار خون، عفونتهای مغزی، مسمومیتها، تومور مغزی، قطع داروها و حساسیتها.

علائم تشنج:

بیمار در طی تشنج و مدت کوتاهی بعد از آن، حافظه خود را از دست می دهد. حرکت لرزاننده که در یک قسمت از بدن یا تمام بدن دیده می شود که ممکن است اندامها سفت شوند. نگاه خیره و برگشتن سر و چشمها به طرف مبتلا، حرکات غیر ارادی مثل گاز گرفتن لب یا بلع مکرر و قفل شدن فک، خروج کف و ترشحات بزاقی از دهان، بی اختیاری ادرار یا مدفوع، ناتوانی تکلم و همچنین دوره خواب بعد از تشنج از سایر علامتهای صرع می باشد.



نکات آموزش در بیماران تشنجی:

- برای پیشگیری از تشنج و حفظ سطح خونی داروها، داروها را روزانه و بر طبق دستور مصرف کند. داروها هرگز نباید قطع شوند، حتی وقتی که فعالیت صرعی وجود نداشته باشد.
- زمان مصرف داروها و زمان وقوع تشنج را در صورت بروز ثبت کند.
- در صورت بروز تشنج خانواده باید بیمار را روی زمین قرار دهند و هر گونه وسایلی که ممکن است در طی تشنج به بیمار صدمه بزند از او دور کنند و بیمار را روی زمین بخوابانند.
- برای محدود کردن و گرفتن بیمار در طی تشنج، نباید هیچ تلاشی انجام گیرد زیرا انقباضات عضلانی، قوی و محدود کننده ممکن است موجب آسیب بیمار شود.
- در صورت امکان بیمار را روی یک پهلو قرار داده و سر او را کمی به جلو خم کنید.
- بیماران تشنجی از فعالیتهایی که نیاز به هوشیاری و هماهنگی دارد اجتناب نمایند مگر اینکه اثرات دارو ها ارزیابی شده باشند.
- علائم مسمومیت را برای تنظیم میزان اثر دارو گزارش دهد. علائم شایع عبارتند از گیجی، خواب آلودگی، اشکال در راه رفتن، فعالیت بیش از حد، خواب نامناسب و اختلالات بینایی.
- از صرف میزان بیش از حد دارو اجتناب کند مگر اینکه توسط پزشک توصیه شده باشد.
- از عوامل تشدید کننده تشنج مثل نوشیدنیهای الکلی، شوک الکتریکی، نورهای درخشان، استرس، کافئین، یبوست، تب، هیپوگلیسمی (افت قند خون) اجتناب کنند.



- برای اجتناب از سقوط از حمام دوش بیشتر از وان استفاده کنند. هرگز به تنهایی شنا نکنند.
- ورزش را در حد اعتدال و در محیط با درجه حرارت کنترل شده انجام دهند، تا از گرمای زیاد اجتناب شود.
- برای به حداقل رساندن کم خوابی و خستگی الگوهای منظم خواب را تنظیم کنند.
- در بیماران مصرف کننده فنی توئین رعایت بهداشت دهان بعد از هر وعده غذایی، ماساژ لثه، نخ داندان روزانه و مراقبت منظم از دندانها توصیه می شود.
- در صورت مصرف سایر داروها همراه با داروهای ضد تشنج با پزشک خود مشورت نمایند. زیرا ممکن است تداخل دارویی روی دهد.
- انتقال ارثی صرع ثابت نشده است. تصمیم برای ازدواج و بچه دار شدن یک تصمیم انفرادی است و نباید به فرد صرعی تحمیل شود. مشاوره ژنتیکی توصیه می شود.
- حملات صرعی مداوم و پی در پی (استاتوس اپی لپتیکوس) عارضه اصلی تشنج است که در بین حملات، هوشیاری کامل بیمار بر نمیگردد. که حداقل ۳۰ دقیقه طول می کشد. انقباضات عضلانی شدید رخ می دهد که ممکن است با تنفس تداخل کند که باید بیمار را به مرکز اورژانس رساند. عواملی که زمینه را برای حملات صرع مداوم و پی در پی مساعد می کند شامل قطع مصرف داروهای ضد صرع، تب و عفونت عود کننده می باشد.
- در صورت بروز تشنج، باید با استفاده از معیارهای احتیاطی تشنج و کنترل دقیق بیمار، او را از صدمات محافظت کرد.



## هوالشافی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی،  
درمانی کرمانشاه  
مرکز آموزشی، درمانی امام خمینی(ره)



### عنوان:

## راهنمای آموزشی جهت بیماران مبتلا به صرع

تهیه کننده:

سهیلا علی اسلام

(کارشناس آموزش به بیماران)

سایت بیمارستان:

[www.imamkhomeini.kums.ac.ir](http://www.imamkhomeini.kums.ac.ir)

منبع:

برونر و سودارث

کد: ۱۳۹۷۵۳-۲۰۲۰



- تنش در بعضی از بیماران باعث تشنج شده مشاوره درمان استرس ممکن است مفید باشد.
- آسیب سر یکی از علل اصلی صرع است که می توان از آن پیشگیری کرد.
- بیمار و خانواده او باید این مسئله را درک کنند که دارو درمانی صرع را کنترل می کند اما آن را درمان نمی کند.
- دارو اگر درست تجویز و مصرف شوند در ۶۰-۵۰٪ موارد، با حملات مکرر و در ۳۵-۱۵٪ موارد، صرع نسبی را کنترل می کند.
- قطع ناگهانی داروهای ضد صرع می تواند موجب بروز حملات صرع با تکرر بیشتر شود. یا اینکه زمینه را برای صرع پایدار و دائمی فراهم کند.



نباید تلاش برای محدود کردن حرکات بیمار انجام داد.

- صرع ممکن است با احساس ترس، تنهایی، افسردگی و عدم اطمینان همراه باشد. بیمار در مقابل ترس از تشنج و عواقب آن سازگاری پیدا کند.
- مشاوره به فرد صرعی و خانواده او کمک می کند تا بیمار و محدودیتهای ایجاد شده ناشی از آن را درک کنند.
- برای ایجاد سلامت خوب ذهنی، فرصتهای اجتماعی و تفریحی لازم است.
- همکاری بیمار و خانواده او جلب اطمینان آنها به رژیم درمانی تجویز شده، برای کنترل تشنج ضروری است.
- توصیه می شود که داروهای ضد صرع تجویز شده باید منظم و مداوم و بدون ترس یا اعتیاد مصرف شوند.
- برای اطمینان از کفایت رژیم درمانی و پیشگیری از عوارض جانبی، کنترل دوره ای لازم است.
- عواملی که ممکن است زمینه را برای حمله تشنجی فراهم کنند، شناسایی می شوند:

اختلالات عاطفی، عوامل استرس زای محیطی، شروع قاعدگی در بیماران مونث یا تب

- محرومیت از خواب ممکن است آستانه تشنج بیمار را پایین آورد. فعالیت متوسط، درمانی است اما باید از ورزش شدید اجتناب کرد.
- تحریک نوری، ممکن است زمینه را برای تشنج فراهم کند. استفاده از عینکهای تیره روی چشم به کنترل این مشکل کمک می کند.

