



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

تشنج



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

کد سند: ۰۰۹

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۱۰/۰۱

شماره بازنگری: ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

عنوان سند: پمفلت آموزش به بیمار

گروه هدف: بیماران

در برخورد با فرد دچار تشنج باید از انجام چه

اقداماتی پرهیز کرد؟

* قرار دادن هر گونه جسم خارجی در دهان فرد

* نگه داشتن فرد برای جلوگیری از تشنج

* تنها گذاشتن فرد مبتلا به تشنج

* قرار دادن کودک مبتلا به تشنج تب دار در وان

* حمام به منظور کاهش تب



اینترنت گوشی خود را روشن کنید و
جهت دیدن مطالب بیشتر این کد را
با دوربین گوشی اسکن نمایید.



منبع علمی:

www.Uptodate.com/home

جهت پیگیری و سؤالات خود می توانید با "کلینیک
پرستاری آموزش سلامت" تماس حاصل نمایید.
ساعات حضور: ۹-۱۲ روزهای غیر تعطیل
شماره تماس: ۳۵۴۲۳۹۷۰ - داخلی ۸۲۵۵-۸۲۸۷
آدرس: بیمارستان طالقانی- ساختمان درمانگاه
تخصصی طبقه اول

* از انگشت خود برای باز کردن دهان بیمار استفاده نکنید
زیرا ممکن است منجر به آسیب های شدید تا حتی قطع
انگشت شما گردد.

* حتی الامکان او را تکان ندهید مگر اینکه در معرض خطر
صدمه باشد مثلاً در نزدیکی آتش یا بر روی پلکان و استخر
به هیچ عنوان، هرگز و هرگز در حین حمله و یا حتی
بلافاصله پس از ختم حمله، آب، نوشیدنی و حتی داروهای
فرد را به او نخورانید.

* هرگز و هرگز جلوی حرکات غیر ارادی را در جریان حمله
شدید نگیرید، چون ممکن است باعث شکسته شدن
استخوان های اندام ها شود.
او را ترک نکنید تا زمانی که حمله تمام شود و کاملاً
بهبودی یابد.

* پس از تمام شدن تشنج ممکن است فرد به خواب برود که
این حالت طبیعی است تا زمانی که شخصی پیش بیمار
است و تحت نظر باشد مانعی ندارد.



تشنج چیست ؟

تشنج عبارت است از یک دوره ی گذرای سفتی و گرفتگی غیرارادی عضلات که با تغییر سطح هوشیاری همراه است. این گرفتگی های عضلانی باعث ایجاد حرکات نامنظم می شوند که عموماً یک تا دو دقیقه طول می کشند. در تشنج یک سری فعالیت های الکتریکی انفجاری در مغز اتفاق می افتد .

چه شرایطی باعث ایجاد تشنج می شوند؟

- * تب بالا (که معمولاً در کودکان اتفاق می افتد)
- * تومور مغزی
- * عفونت مغز (مننژیت)
- * افت شدید فشار خون
- * افت شدید قند خون
- * سکته مغزی
- * مشکلات قلبی

علائم :

- * خیره شدن به یک نقطه
- * از دست رفتن هوشیاری
- * کف کردن دهان
- * حرکات غیرقابل کنترل دست یا پا
- * گرفتگی عضلانی شدید
- * فشار در فک
- * استرس و اضطراب
- * گاز گرفتن زبان
- * حرکت سریع و ناگهانی چشم
- * از دست دادن کنترل مثانه یا روده

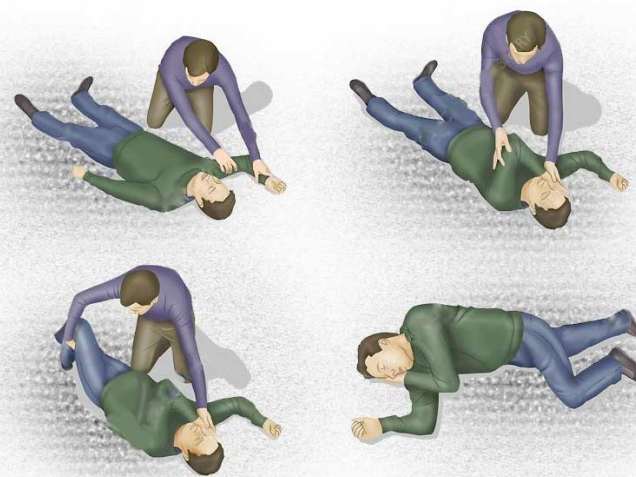
تشخیص :

- * معاینه پزشک معالج
- * آزمایش خون و ادرار به منظور بررسی عفونت و یا وجود مواد سمی
- * نوار مغز (EEG) برای بررسی فعالیت الکتریکی مغز
- * آزمایش های تصویربرداری نظیر MRI و CT اسکن مغز

درمان :

- درمان تشنج به علت وقوع آن بستگی دارد. با درمان علت این بیماری، ممکن است قادر به جلوگیری از تشنجهای آینده باشید.
- * دارو درمانی
 - * تحریک عصب مغزی
 - * جراحی (در صورتی که با دارو درمان نشود)

کمک به تنفس بیمار هنگام تشنج:



در هنگام تشنج بیمار به این نکات توجه کنید :

- * سعی کنید وحشت زده نشوید.
- * با چرخاندن بیمار به پهلو، تنفسش راحت تر شده و به باز شدن راه تنفسی او کمک می کند، در ضمن هر گونه پوشش تنگ او را شل کنید.
- * هر چیزی که ممکن است به بیمار صدمه بزند را از او دور کنید . (وسایل تیز و برنده)

چند توصیه برای کنترل تشنج :

- * دارو را به درستی مصرف کنید. قبل از صحبت با پزشک مقدار مصرف را تنظیم نکنید. اگر احساس می کنید داروی شما باید تغییر کند، آن را با پزشک خود در میان بگذارید.
- * به اندازه کافی بخوابید. کمبود خواب می تواند باعث تشنج شود. حتما هر شب استراحت کافی داشته باشید.
- * از دستبند هشدار پزشکی استفاده کنید. این کار به پرسنل اورژانس کمک می کند تا در صورت بروز مجدد تشنج، با شما رفتار صحیح داشته باشند.
- * فعال باشید. ورزش و تحرک می تواند به سلامت جسمی شما کمک کرده و افسردگی را کاهش دهد. اگر در حین ورزش خسته شدید، به اندازه کافی آب بنوشید و استراحت کنید.
- * زندگی سالم را انتخاب کنید. کنترل استرس، محدود کردن نوشیدنی های الکلی و پرهیز از سیگار، همه در ایجاد یک سبک زندگی سالم موثر است.