



دانشگاه علوم پزشکی شیراز
بیمارستان حضرت علی اصغر (ع)

تشنج

(آموزش به بیمار)

گردآورنده:

ملیحه مصلی نژاد-کارشناس پرستاری

سال ۹۶

ویرایش اول پاییز ۹۸

تشنج چیست؟

تشنج یک بیماری نیست ، بلکه یک علامت است.
وقتی عملکرد مغز غیر طبیعی باشد در سلول های مغز اتفاق می افتد. تشنج می تواند گرفتگی عضلات و تغییر یا کاهش سطح هوشیاری را باعث شود.
تشنج عمومی):

با کاهش سطح هوشیاری و افتادن شروع می شود ، به شکل یک دوره گرفتگی عضلات و به مدت یک تا دو دقیقه تظاهر می کند. انقباض دوره ای شدید ، چند دقیقه خواب عمیق قبل از بروز هوشیاری و عدم یادآوری تشنج از علائم آن است. برای ساعاتی نیز بیمار خواب آلوده می شود.

تشنج خفیف :

باعث یک دوره کوتاه خیره شدگی ، لرزش پلک ها ، یا منقبض شدن عضلات صورت می شود. ممکن است ۱۰-۳۰ ثانیه طول بکشد، ولی در طول روز تکرار شونده است. حمله به خاطر آورده نمی شود و در صورت بروز از دوران کودکی می تواند در یادگیری تأثیر داشته باشد.

- تشنج یک علامت اختصاصی است که می تواند ناشی از اختلالات مختلف مانند ضربه مغزی ، عفونت های مغزی ناشی از مننژیت ، تومور مغزی ، مسمومیت های دارویی ، محرومیت الکل ، عدم تعادل متابولیکی (مانند کاهش قند خون) باشد.

علائم:

- عدم کنترل دوطرفه یا انقباض قسمتی از بدن
- توهم که ممکن است در هر کدام از حواس ایجاد شود.
- افزایش احساس ترس
- کاهش هوشیاری
- کاهش کنترل عضلات مثانه
- گیجی موقتی.

روش های تشخیص :

- انجام معاینات و آزمایشات خون
- نوارمغز که فعالیت الکتریکی مغز اندازه گیری می شود.
- ام آر آی و سی تی اسکن

درمان :

- بستگی به علت ایجاد کننده دارد.
- تجویز دارو
- منع مصرف الکل
- کنترل داروهایی که ممکن است با داروی ضد تشنج تداخل داشته باشند.
- جراحی روی ناحیه ای از مغز که در آنجا تشنج اتفاق می افتد.
- ایجاد تحریک اعصاب گردن

آموزش به خانواده :

- نباید تلاش شود که فرد را محکم نگه دارند.
- دور کردن اجسام تیز از بیمار جهت جلوگیری از بروز صدمه.
- هیچ چیز نباید داخل دهان بیمار گذاشته شود.
- تا زمانی که خطر صدمه دیدن وجود دارد بیمار حرکت داده نشود.
- در صورت وجود استفراغ باید بیمار به یک پهلو خوابانده شود.
- بعضی از موارد با رسیدن به سن بزرگسالی تشنج متوقف ولی در سایر موارد تشنج در بزرگسالی هم ادامه می یابد.
- کم کردن دارو به عهده پزشک است و برای قطع دارو لازم است شخص برای سه سال تشنج نداشته باشد و این مسئله بسیار بسیار مهم است که دارو بدون مشورت پزشک قطع نشود..
- در موقع تشنج آرامش خود را حفظ کنید.

مراقبت از خود :

- پیگیری توصیه های درمانی
- ایجاد یک تعادل بین کار ، استراحت و ورزش و خوردن غذاهای مناسب.
- داشتن یک کارت شناسایی پزشکی به صورت گردن آویز و یا در جیب لباس.
- در جریان قرار دادن اطرافیان و آموزش نکات لازم در هنگام بروز تشنج به آنها.
- در صورت عدم کنترل تشنج ، امتناع از ورزش های پر خطر مثل اسکی ، شنا و ... و مشورت با پزشک برای انتخاب ورزش مناسب.
- احتراز از انتخاب مشاغل پر خطر.
- در هنگام گرفتن گواهینامه ، باید تاریخچه ی تشنج خود را به افراد مسئول اطلاع و از قوانین آن اطلاع یابید.
- استفاده از انرژی مثبت و تکنیک های پیشرفته برای کم کردن استرس .



پیشگیری :

- مصرف داروها طبق دستور.
- خواب کافی شبانه چون گاهی اوقات علت اصلی تشنج می تواند کمبود خواب باشد.
- پرهیز از مشروبات الکلی.
- پرهیز از داروهای تأثیرگذار روی روان مثل محرک ها یا خواب آورها.
- در صورت بروز تب ، استفاده از داروهای کنترل کننده ی تب.
- اطلاع به پزشک در صورت بروز عوارض داروهای ضد تشنج و یا کنترل نشدن تشنج با این میزان دارو.

منبع:

برونر سودارث ۲۰۱۸

تایید کننده

دکتر علی اکبر کدیور - متخصص مغز

واعصاب