



آموزش خود مراقبتی تشنج



کد محتوا: 9

تهیه و تنظیم :

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری 1400

آموزش به والدین:

- 1) آموزش خواندن صحیح درجه حرارت به والدین
- 2) با استفاده از تب بر و یا در صورت داشتن سابقه تشنج در کودک از شیاف دیازپام برای جلوگیری از بالا رفتن تب کودک استفاده کنند و سپس به مرکز درمانی مراجعه نمایند.
- 3) در زمان حملات تشنجی چیزی از راه دهان به کودک نخورانید.
- 4) در حملات تشنجی کودک را از صدمه محافظت کنند. بهتر است کودک در محیطی نرم باشد تا هنگام حرکات تشنجی صدمه نبیند. گرفتن اندام ها در حال پرش توصیه نمی شود.
- 5) از کودکان خود در برابر بیماریهای عفونی و تب دار بیشتر مراقبت نمایید تا بتواند تعداد این تشنجات را کاهش دهند.
- 6) تشنجات ناشی از تب خیلی نگران کننده نیست و اختلالات ذهنی و هوشی به جا نمی گذارد.
- 7) والدین باید بدانند که قبل از 6 ماهگی و بعد از 5 سالگی این تشنج باید حتما مورد بررسی و پیگیری قرار گیرد.
- 8) در صورت تجویز فنوباربیتال برای کودک از مصرف خودسرانه و قطع دارو پرهیز کنید.

حفاظت کودک در حین حمله :

اشیاء سخت و خطرناک را دور کنید اما در حرکتهای کودک دخالت نکنید. هر گونه لباس تنگ را شل کرده و یا از تن کودک خارج نمایید. به هیچ وجه سعی نکنید دندانهای کلید شده کودک را با فشار باز کنید چون احتمال صدمه به فک و آسیب به دندانها وجود دارد. قرار دادن تکه پارچه یا حوله لابه لای دندانها برای جلوگیری از گاز گرفتن زبان توصیه می شود ولی در حال تشنج سعی در باز کردن فک و قرار دادن چوپ و پتو لای دندان نکنید.



از ریختن آب روی صورت کودک خودداری کنید.

تشنج

تشنج عبارت است از تغییرات رفتاری در اثر افزایش بیش از حد فعالیت سلول های مغزی که منجر به حالاتی در فرد می شود که می تواند از یک اختلال حسی حرکتی خفیف تا شدید باشد.

علل تشنج

- ❖ مادرزادی
- ❖ ژنتیک
- ❖ عفونت ها
- ❖ ضربه سر
- ❖ مسمومیت ها
- ❖ اختلالات متابولیک

1

خصوصیات مربوط به تشنج ناشی از تب

- این تشنج بیشتر از 10 الی 15 دقیقه نباید طول بکشد.
- وجود تب $38/5_39$ در کودک به ویژه در عفونت های بخش بالایی دستگاه تنفسی
- تشنج ناشی از تب به طور معمول و آغاز بیماری تب دار روی می دهد.
- نوار مغزی در فاصله حمله تشنج طبیعی است.
- بعد از تشنج بعد از هر دوره بیماری تب دار بیش از یک ساعت حمله تشنجی روی نمی دهد و بیش از یکبار در 24 ساعت اتفاق نمی افتد.



2

در هنگام تشنج تب دار از چه چیزی باید اجتناب شود؟

آرام بمانید . کودک را به پهلو بخوابانید خونسردی خود را حفظ کنید و یکی دو دقیقه صبر کنید چون تشنج معمولاً طی یک تا دو دقیقه برطرف خواهد شد. تلاش نکنید که حرکات تشنجی را متوقف کنید . به دنبال تشنج ، کودک تمایل به خواب دارد سعی نکنید از خوابیدن وی جلوگیری نمایید.



3