



آموزش خود مراقبتی تشنج



کد محتوا: ۹

تهیه و تنظیم:

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری ۱۴۰۳

شماره تلفن بیمارستان: ۳۷۲۲۳۰۵۶

داخلی واحد آموزش: ۲۰۳

<https://beheshtih.mrgums.ac.ir>

آموزش به والدین:

۱) آموزش خواندن صحیح درجه حرارت به والدین
۲) با استفاده از تب بر و یا در صورت داشتن سابقه تشنج از داروی تجویزی پزشک برای جلوگیری از بالا رفتن تب کودک استفاده کنند و سپس به مرکز درمانی مراجعه نمایند.

۳) از کودکان خود در برابر بیماریهای عفونی و تب دار بیشتر مراقبت نمایید تا بتواند تعداد این تشنجات را کاهش دهند.

۴) والدین باید بدانند که قبل از ۶ ماهگی و بعد از ۵ سالگی این تشنج باید حتما مورد بررسی و پیگیری قرار گیرد.

۵) در صورت تجویز فنوباریتال یا لوبل برای کودک از مصرف خودسرانه و قطع دارو پرهیز کنید.

۶) کودک را تهییج نکنید بلکه با روش آرام و اطمینان بخش صحبت کنید. انتظار نداشته باشید از دستورات شما اطاعت کند زیرا هوشیاری وی مختل شده است.

تشنج در نوزادان چه علائمی دارد؟

تشنج در نوزادان علائم متفاوتی دارد ممکن است به صورت حرکات شدید اندام ها، پرش عضلانی تکراری، لرزش پلک ها، سفت شدن اندام ها، حرکات شبیه جویدن یا مکیدن در دهان، گریه غیر طبیعی یا حرکات غیر طبیعی در چشم ها، دیده شود. در برخی نوزادان تنها علامت تشنج، توقف تنفس به مدت بیش از ۲۰ ثانیه و کبود شدن نوزاد است. شایعترین علت تشنج نرسیدن اکسیژن به مغز نوزاد است.

مراقبت های لازم در زمان غیر حمله

- داروها کامل و سر وقت خورده شود.
- آزمایشات دوره ای انجام شود.
- خواب مناسب داشته باشد، بی خوابی باعث تحر یک مغز می شود.
- در برخی از افراد مصرف بعضی از غذاهای سرد باعث حمله می شود.
- گرسنگی طولانی مدت نداشته باشند.
- از نزدیک شدن به منبع نور زیاد مثل تلویزیون خودداری شود خصوصاً در صرع های رفلکسی
- اجتناب از ورزشهای خطرناک مثل شنا، کوهنوردی
- رفتن به ارتفاعات و پرهیز از رانندگی

مراقبت های لازم در حین حمله:

- بیمار به یک سمت خوابانیده شود (به پهلو)
- تلاش نکنید که حرکات تشنجی را متوقف کنید.
- در زمان حمله هیچ ماده خوراکی یا آب وارد دهان نکنید.
- به دنبال تشنج، کودک تمایل به خواب دارد سعی نکنید از خوابیدن وی جلوگیری نمایید.

اشیاء سخت و خطرناک را دور کنید اما در حرکتیهای 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 پارچه 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.

تشنج بصورت ناگهانی و غیر ارادی شروع شده و توسط فرد قابل کنترل نمی باشد. تشنج به دو صورت ژنرالیزه یا پارشیل تقسیم بندی می شود. در نوع ژنرالیزه کل بدن درگیر است مثل تشنج گراند مال و در نوع پارشیل قسمتی از بدن درگیر است .

علل تشنج

- ❖ مادرزادی
- ❖ ژنتیک
- ❖ عفونت ها
- ❖ ضربه سر
- ❖ مسمومیت ها
- ❖ اختلالات متابولیک
- ❖ تومور
- ❖ سکتة های مغزی
- ❖ علل ناشناخته

علت تشنج در نوزادان چیست؟

کمبود اکسیژن رسانی به مغز ، کاهش قند خون ، کاهش کلسیم خون ، عفونت ها ، اختلالات دستگاه عصبی ، اعتیاد مادر به مواد مخدر و چند علت نادر

خصوصیات مربوط به تشنج ناشی از تب

این فرم از تشنج در بچه هایی که تب بالا دارند و اغلب در بین سنین ۶ ماه تا دو سال دیده می شود. بطور متوسط ۱/۳ اینها یکبار تشنج با تب دارند. این بیماری در کسانی که والدین آنها نیز تشنج داشته اند یا در دوقلوها بیشتر دیده می شود .

بنابراین زمینه خانوادگی در اینها شایع تر است . بررسی های آزمایشگاهی و تصویربرداری در این فرم تشنج طبیعی است . ۱۰٪ ممکن است تکرار شود . ۵٪ ممکن است تبدیل به اپی لپسی شود. در این حالت والدین باید به پزشک مراجعه نمایند تا تشخیص قطعی داده شود و گر نه ممکن است با مننژیت یا .. اشتباه گرفته شود .

این تشنج بیشتر از ۵ دقیقه نباید طول بکشد. تشنج ناشی از تب به طور معمول در آغاز بیماری تب دار روی می دهدو در ۹۰٪ موارد در ۲۴ ساعت اول بیماری رخ می دهد..(وجود تب ۳۹_۳۸/۵ در کودک به ویژه در عفونت های بخش بالایی دستگاه تنفسی)

نوار مغزی در فاصله حمله تشنج طبیعی است. پسران بیش از دختران دچار تشنج می شوند.

تشنجات ناشی از تب، خوش خیم محسوب می شود. اکثریت تب و تشنج ها از نوع منتشره (جنرالیزه) است که با شل شدن اندام ها و یا حرکات دست و پا زدن همراه می شود. خطر اختلالات هوش و رشد در این کودکان دیده نشده است ولی باید سعی شود تا آنجایی که ممکن است از روی دادن آن جلوگیری شود.

تعریف تشنج پایدار: تشنجی که بیش از ۳۰ دقیقه طول کشیده است یا تشنج های مکرر بدون بهبود کامل در بین حملات تشنج که بیش از ۳۰ دقیقه طول کشیده باشد. اگر تشنج کودک بیش از ۵ دقیقه طولانی شود، باید به عنوان تشنج پایدار درمان گردد

تشخیص های افتراقی:

برخی از بیماریها (سکتة مغزی-کاهش قند خون-اختلالات خواب-سنکوپ-میگرن و تشنج های ساختگی در کودکان و سربازان و....) ممکن است انواع مختلف Seizures یا حمله را تقلید نمایند. بنابراین گرفتن یک شرح حال دقیق از بیمار و خانواده می تواند در تشخیص کمک کننده باشد.

روشهای تشخیص :

بهترین روش تشخیص رویت بیمار در زمان حمله است .

سایر موارد روشهای تشخیص از جمله:

نوار مغزی می تواند کمک کننده باشد. هر چقدر نزدیک به زمان حمله باشد .کمک کننده تر است روش دیگر تشخیص تصویربرداری از مغز بصورت B.CT و BMRI است .

آزمایشات تشخیصی مانند :

- CBC
- پلاکت
- تستهای کبدی
- اوره- کرانتین
- قند - کلسیم
- فسفر
- سدیم
- پتاسیم
- تیروئید.

