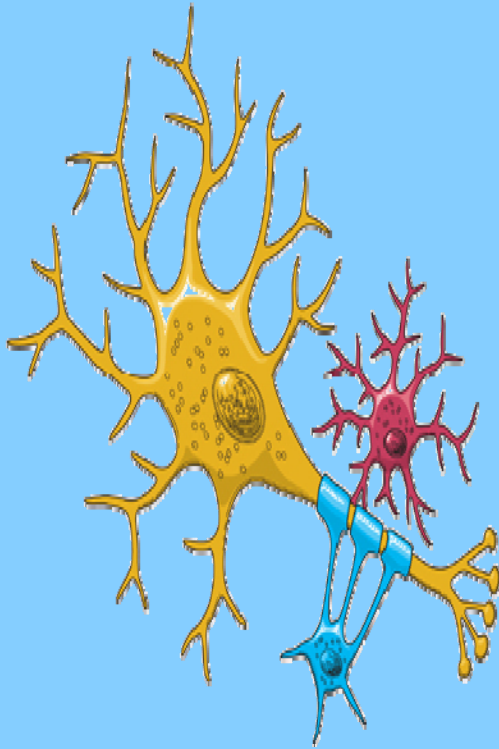


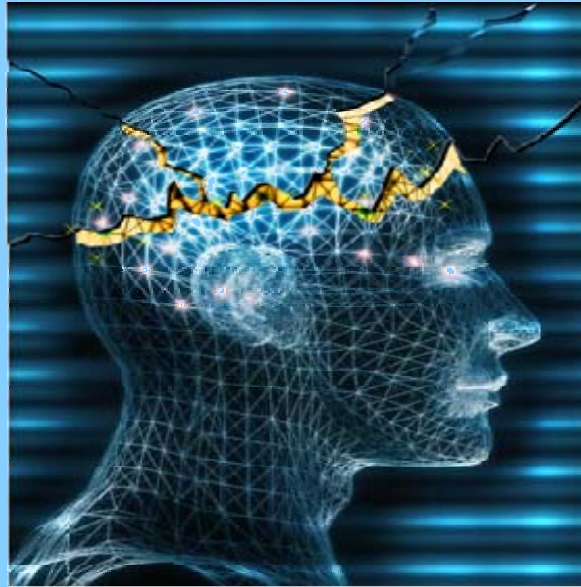
صرع



تهیه و تنظیم :

مرکز طبی کودکان

دانشگاه علوم پزشکی تهران



زندگی با صرع

ابتلا به صرع ، شوک بزرگی برای فرد مبتلا و اطرافیان می باشد که سبب تغییر نگرش فرد به توانایی های خود می گردد. همچنین دید دیگران به شخص مبتلا را تحت تاثیر قرار می دهد . این تفکر غلط که صرع همراه با دیگر مشکلات عصبی نظیر عقب ماندگی ذهنی می باشد، موجب مخفی نگاه داشتن بیماری توسط مبتلایان می گردد که این در نهایت به ضرر فرد و جامعه است. مبتلایان نباید اجازه دهند افکاری این چنینی آنها را نا امید کند و از اعتماد به نفسشان بکاهد . در زندگی فرد مبتلا به صرع رعایت نکاتی ضروری است که به اجمال در زیر آمده است :

- **پرهیز از عوامل تحریک کننده تشنج ولی این نباید به صورت وسواس در آید**
- **اجتناب از استرس**
- **برنامه ریزی برای ساعات کار ، استراحت و تفریح**
- **استفاده از رژیم غذا بی سالم و معمول**
- **انجام فعالیت معمول روزانه و پرداختن به ورزش مورد علاقه**
- **ساعات خواب منظم و اجتناب از کم خوابی**
- **اطمینان از به همراه داشتن مقدار کافی از دارو به هنگام مسافرت**
- **استفاده منظم دارو طبق دستور پزشک**

صرع چیست؟

صرع یک بیماری است که با تأثیر بر سلول های عصبی مغز موجب تولید پیام های الکتریکی غیر طبیعی و به دنبال آن تشنج می گردد. تشنج شامل فعالیت الکتریکی شدید و ناگهانی سلول های عصبی مغز می باشد. تشنج فقط یک علامت بیماری صرع است و همه تشنج ها صرع نیستند. عوامل دیگری مثل تب و کاهش قند خون نیز باعث ایجاد تشنج می شوند، پس نباید هر تشنجی را به حساب صرع گذاشت. علت صرع در اکثر موارد ناشناخته است، هر چند در برخی موارد ضربه به سر، مشکلات حین زایمان و ژنتیک را مسئول این بیماری می دانند.

علائم و نشانه ها

مهم ترین علامت صرع تشنج می باشد. بستگی به این که امواج الکتریکی از کجای مغز منشأ بگیرند، انواع مختلف تشنج وجود دارد. به طور کلی می توان تشنج را به دو دسته partial (ناکامل) و generalized (عمومی) تقسیم کرد. صرع ناکامل از یک نیم کره مغز منشأ می گیرد و باعث از دست دادن هوشیاری نمی شود ولی صرع عمومی از دو نیم کره مغز منشأ می گیرد و همراه با از دست دادن هوشیاری می باشد. هر یک از این دو، زیر گروه های دیگری نیز دارند که در این جا از آن ها صرف نظر می کنیم.

درمان

دارو ها نقش مهمی را در درمان صرع بازی می کنند. داروهایی که توسط پزشک تجویز می شوند پایه و اساس درمان را تشکیل می دهند و موجب کاهش تعداد حملات و کنترل علائم می گردند. این دارو ها برای ایجاد اثر مناسب باید درست و طبق دستور پزشک مصرف شوند. باید آن ها را به موقع مصرف کرد و از کم و زیاد کردن خودسرانه مقدار آن ها خودداری کرد.

عوامل موثر در تشنج

برخی از عوامل موجب شروع تشنج می شوند که باید از آن ها اجتناب کرد. این عوامل شامل موارد زیر است:

- استرس و فشار های عصبی
- کم خوابی و خستگی
- بیماری تب دار
- مصرف الکل
- سو سو زدن نور و دیدن تلویزیون در برخی موارد

در برخورد با تشنج چه کنیم

- (۱) حفظ خونسردی
- (۲) نگاه به ساعت برای تعیین مدت تشنج

(۳) قرار دادن فرد بر روی زمین و در مکانی که از آسیب به دور باشد

(۴) خواباندن فرد به پهلوئی چپ برای جلوگیری از خفگی

(۵) چیزی در دهان بیمار قرار ندهید و سعی در باز کردن دهان نکنید

(۶) زنگ زدن به اورژانس در صورت طولانی شدن زمان تشنج به بیش از ۵ دقیقه

پس از پایان تشنج باید:

- به پزشک معالج اطلاع دهید
- مراقب کودک باشید زیرا کودک پس از تشنج خسته و نا متعادل است
- مانع رانندگی فرد پس از تشنج شوید (هنگام اخذ گواهی نامه باید ابتدا به صرع را به مسئولین مربوطه اطلاع داد)