



بیمارستان فاطمه الزهرا (س) شهرستان حاجی آباد

<http://fzhh.hums.ac.ir>

07635421578-07635422168

شناسنامه پفلت آموزشی کد: FZH.MNG.P-PH=13

عنوان	تشنج
تهیه کننده	سوپر وایزر آموزش
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	تابستان 1402
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزش سلامت
تایید کننده علمی	پزشک داخلی-اطفال

9- از باز بودن راه هوایی بیمار اطمینان حاصل کنید.

10- با فوریت های پزشکی تماس حاصل کنید و بیمار را به نزدیک ترین مرکز درمانی اعزام کنید.

11- تا چند ساعت اول پس از وقوع تشنج بیمار ممکن است دچار کاهش سطح هوشی اری و عدم تعادل شود ، پس ، از دادن هرگونه مواد غذایی از راه دهان بیمار پرهیز کنید زیرا قادر نخواهد بود عمل بلع را به درستی انجام دهد.

12- از لحاظ روحی و روانی بیمار را مورد حمایت قرار دهید و محیطی آرام و دور از استرس را برایشان فراهم کنید.



7- جهت تنظیم دوز داروهایتان حتما با پزشک مربوطه مشورت کنید.

8- فعالیت و ورزش منظم و مناسب در صورتی که باعث خستگی و تنگی نفس نشود.

اقدامات لازم در زمان بروز تشنج:

1- آرامش خود را حفظ کنید.

2- قرار دادن بیمار در محیط مسطح و مناسب

3- دور کردن هرگونه وسایل و اشیاء خطرناک از اطراف بیمار

4- در صورت بروز استفراغ سر بیمار را به یک طرف قرار داده تا از بروز آسپیراسیون تنفسی و خفگی پیشگیری شود.

5- شل کردن لباس های بیمار

6- هرگز سعی نکنید حرکات بیمار را مهار کنید.

7- از قرار دادن هرگونه جسم خارجی در دهان و لابه- لای دندان های بیمار اجتناب کنید.

8- در صورت داشتن عینک آن را از روی چشم های بیمار بردارید.

تشنج:

نوعی حمله غیر طبیعی حرکتی - حسی، خودمختار یا روانی است که به علت تخلیه الکتریکی ناگهانی و شدید یاخته های عصبی مغزی ایجاد می شود، و دارای علل مختلف می باشد.



تشنج به دو گروه تقسیم بندی می شود:

1- اکتسابی

2- ناشناخته

از بین علل تشنج های اکتسابی می توان از:

عدم اکسیژن رسانی به بافت مغز یا هر علت مانند نارسایی عروقی، تب در کودکان، ضربه به سر، افزایش فشار خون، عفونت های دستگاه عصبی مرکزی، قطع دارو، تومور مغزی، اختلالات متابولیکی و سمی آلرژی را نام برد.

علائم تشنج:

1- حرکات شدید اندام ها

2- حرکات پاها به صورت پا زدن رکابی

3- پرش های عضلانی تکراری

4- حرکات شبیه مکیدن یا جویدن در دهان

5- حرکات غیرطبیعی چشم ها

6- لرزش پلک ها

7- سفت شدن اندام ها

8- کاهش سطح هوشیاری

9- قطع تنفس و آپنه

10- بی اختیاری ادرار و مدفوع

آموزش جهت پیشگیری از وقوع تشنج:

1- کمک به خود: برخی از مردم می توانند عامل تشنج را شناسایی و از آن اجتناب کنند. مثال: اگر استرس عامل به وجود آورنده تشنج باشد روش های کاهش استرس مانند یوگا را می توان به کار برد.

2- کاهش محرک های محیطی از قبیل :
خستگی، تغییرات شدید دمای، کم آبی، رژیم غذایی نامناسب، خوردن کافئین بیش از حد، سیگار و مشروبات الکلی، کاهش قند خون، سر و صدا و نور، تغییرات هورمونی بخصوص در زنان در زمان چرخه قاعدگی.

3- مصرف به موقع و درست داروهای تجویز شده

4- اجتناب از فعالیت هایی که نیاز به تمرکز دارند مانند رانندگی و شنا

5- مصرف مایعات به اندازه کافی با توجه به وضعیت آب و هوایی

6- ترجیحا از مصرف نوشابه های گازدار بپرهیزید.