

تشنج چیست؟

تشنج در واقع دوره هایی از فعالیت های غیر طبیعی حسی، حرکتی، خودکار یا روانی (ویا ترکیبی از تمامی موارد مذکور) است که از تخلیه ناگهانی و بیش از حد بار الکتریکی سلولهای عصبی مغز ناشی می شود. ممکنست بخشی از مغز یا تمام آن درگیر باشد.



علائم و انواع تشنج:

بسته به محل سلولهای تخلیه شده تشنج ممکنست از یک خیرگی ساده چشم تا حرکات تشنجی طولانی مدت همراه با بیهوشی متغیر باشد.

علل تشنج:

عواملی که بیشتر باعث تشنج میشوند عبارتند از:

تب بالا، عفونت، مسمومیت، قند خون بالا و پایین، آسیب به سر

، شوک، کاهش اکسیژن، سکنه مغزی، مسمومیت از مواد یا الکل، فشار خون بالا، عدم تعادل عناصر مهم خون، عوارض حاملگی،

ریتم غیرطبیعی قلب و در برخی از موارد نیز علت آن ناشناخته است.

عوامل تشدید کننده تشنج

این عوامل می توانند تعداد وقوع تشنج را افزایش داده یا حتی علی رغم مصرف داروهای ضد تشنج، موجب تشدید تشنج شوند. لذا باید از آنها جدا خودداری نمود.

این عوامل شامل: تماشای زیاد تلویزیون، گرسنگی، بیخوابی، خستگی، فعالیت در هوای گرم، سرو صدای زیاد، مصرف الکل، استرس، اضطراب، ناامیدی، فعالیت فکری زیاد، شوک الکتریکی

توصیه های مهم:

❖ داروها را روزانه و طبق دستور پزشک مصرف نمایید و هرگز بدون اطلاع پزشک آنها را قطع نکنید حتی اگر تشنج یا حملات صرعی وجود نداشته باشد.

❖ از فعالیت هایی که نیاز به هوشیاری و هماهنگی کامل دارند مانند رانندگی، کار با ماشین آلات و... اجتناب نمایید مگر با دستور پزشک .

❖ علائم مسمومیت دارویی مانند گیجی، خواب آلودگی، اشکال در راه رفتن، خواب نامناسب و اختلالات بینایی را شناخته و به پزشک گزارش دهید.

❖ از مصرف بیش از حد و بدون دستور دارو خودداری نمایید.
❖ برای به حداقل رساندن کم خوابی و خستگی الگوهای منظم خواب را تنظیم کنید.



اقدامات مهم هنگام مشاهده فرد تشنجی

❖ خونسردی خود را حفظ کنید.

❖ زمان تشنج را کنترل کنید. در صورت تشنج طول کشیده به اورژانس پزشکی اطلاع دهید.

❖ از شلوغی و ازدحام در اطراف فرد تشنجی اجتناب نمایید.

❖ جهت پیشگیری از آسیب به سر از بالش یا جسم نرم زیر سر فرد تشنجی استفاده نمایید.

❖ در صورتیکه فرد روی تخت در حال تشنج است از بالا بودن نرده های محافظ اطمینان حاصل نمایید و برای جلوگیری از آسیب به بیمار از بالش کنار نرده ها استفاده نمایید.

❖ بیمار را به هیچ عنوان جابجا نکنید مگر در صورتیکه در

❖ مکان پرخطر (جاده، دریا، پرتگاه...) باشد.

2

1

3



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی

بیمارستان نبی اکرم (ص) اشنویه

تشنج در بزرگسالان



تیمپه و نگینم : واحد آموزش سلامت

تایید کننده : رئیس علمی بخش

کد: NA-H-PE-000

تاریخ تدوین : 1404/09/30

تاریخ بازنگری بعدی : 1405/09/30

منابع : آموزش به بیمار ماری ام. کاتاپو، تان 2018، طرز و احصاب

پرونر و سوارث

❖ در حین تشنج احتمال بی اختیاری ادرار و گاهی اوقات مدفوع وجود دارد از حفظ حریم خصوصی بیمار اطمینان حاصل نمایید.

❖ تا چند ساعت بعد از تشنج و زمانیکه بیمار کامل بهبود نیافته، از دادن مایعات و غذا به بیمار اجتناب نمایید.

❖ بهداشت و نظافت کامل دهان بعد از هر وعده غذایی، استفاده از نخ دندان، مراقبت از دندانها بصورت منظم برای پیشگیری یا کنترل هایپرپلازی لثه در بیمارانیکه فنی تویین مصرف میکنند ضروری است.

❖ بعلت احتمال تداخلات دارویی باید به همه پزشکانی که تحت درمان آنها می باشید داروهای مصرفی خود را اطلاع دهید.

❖ از مصرف داروهای بدون نسخه اجتناب نمایید.

❖ دستبند مخصوص هشدار پزشکی یا کارت شناسایی شخصی، که نام داروهای ضد تشنج مصرفی و نام پزشک معالج در آن ثبت شده است، همراه خود داشته باشید.

❖ هرگز حرکات بیمار تشنجی را مهار یا محدود نکنید چون ممکنست به او یا به خودتان آسیب برسانید.

❖ بعد از اتمام حرکات تشنجی، فرد را به پهلو چپ بخوابانید تا ترشحات دهان وی خارج گردد.

❖ برای جلوگیری از گاز گرفتن زبان، هیچ شی یا وسیله ای داخل دهان فرد نگذارید. احتمال آسیب به دندان های فرد وجود دارد.

❖ در هنگام تشنج به اطراف گردن بیمار توجه گردد که لباس، ملافه یا حتی گردنی بیمار دور گردن بیمار حلقه نشده باشد.

❖ از پاشیدن آب بر روی صورت بیمار، تنفس دهان به دهان یا فشردن قفسه سینه خودداری نمایید.

اقدامات پس از پایان تشنج

❖ شخص را به موقعیت امن انتقال دهید.

❖ تنفس بیمار را چک نمایید در صورت تنفس کند دهان بیمار را از نظر غذای باقیمانده در دهان، استفراغ ناشی

از تشنج، آب دهان و زبان به عقب برگشته بررسی

نمایید.