

دستورالعمل آموزش خود مراقبتی : خودمراقبتی بیماران مسمومیت	
دامنه دستورالعمل :	تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۴/۱/۱۷
کد دستورالعمل: 09- ABH – INS-	تاریخ آخرین ابلاغ: ۱۴۰۴/۲/۲۰

سندرم گیلن باره اختلال نادری است که در نتیجه حمله سیستم ایمنی بدن به اعصاب محیطی ایجاد می شود به دنبال این حمله احساس ضعف در ماهیچه ها ، بی حسی، گزگز و گاهی اوقات فلجی دیده میشود.

علت این بیماری هنوز به روشنی مشخص نیست ولی معمولاً بعد از یک عفونت ویروسی مانند سرماخوردگی یا آنفولانزا اتفاق میافتد همچنین بعد از عفونت با یک باکتری به نام کامپیلوباکتر هم ممکن است بیماری بروز نماید عفونت با کامپیلوباکتر ممکن است بعد از خوردن آب آلوده یا غذای نپخته (مخصوصاً مرغ و ماهی و) ... رخ دهد. در بعضی موارد ممکن است

عالیم گیلن باره بعد از اعمال جراحی اتفاق بیفتد گاهی هم هیچگونه عامل شناخته شده ای وجود ندارد اما در همه موارد ذکر شده به طور حتم اختلال در عملکرد سیستم ایمنی وجود دارد.

نشانه های گیلن باره معمولاً با بیحسی و ضعف در پاها شروع میشود (ممکن است شما احساس گزگز شدن داشته باشید) نشانه ها اغلب در عرض مدت کمی حدود چند روز یا چند هفته به قسمتهای بالایی بدن کشیده میشود ؛ بازوها و اندام فوقانی ضعیف و بیحس می شوند. گاهی اوقات ضعف آنقدر شدید است که شما اصلاً قادر به راه رفتن نیستید و همچنین ممکن است به فلجی کامل منجر شود. آزمایش دقیق و قطعی برای تشخیص گیلن باره وجود ندارد اما تشخیص بر اساس عالیم از جمله ضعف ماهیچه ها و ناتوانی در راه رفتن، آزمایشات و تاریخچه ی بیماری شما صورت میگیرد. پزشک یا پرستار از شما درباره علائم و نشانه ها می پرسد و شما رامعاینه می کند.

۱-نوار عصب و عضله

۲-گرفتن آب کمر از کانال نخاعی

گیلن باره درمان قطعی ندارد اما راه هایی وجود دارد که عالئم را بهبود می بخشد:

الف: (ivlg) (ایمونوگلوبولین درمانی) این دارو از جنس پروتئین است و سیستم ایمنی را در برابر حمله آنتی بادی های مهاجم محافظت میکند.

ب) **پلاسما فرزیس**: دستگاهی به بدن شما وصل می شود که خون به درون آن کشیده میشود و آنتی بادی های حمله کننده به اعصاب بدین وسیله از خون جدا می شوند. این آنتی بادیها، پروتئین هایی هستند که در خون وجود دارند و باعث حمله به سیستم ایمنی بدن می شوند.

برای این که تحت نظر باشید و امکان درمان عالیم بیماری وجود داشته باشد، احتمالاً در بیمارستان بستری میشوید.

در موارد پیشرفته بیماری ممکن است شما قادر به خوردن از راه دهان نباشید، که برای شما لوله ی بینی-معدی میگذارند و از طریق لوله به شما غذا داده میشود. رژیم غذایی شما باید پرکالری و پرپروتئین باشد

تا قدرت عضالتی شما حفظ و بازسازی شود. ممکن است غذا با حجم کم و در دفعات زیاد برای شما تجویز شود.

در زمان بستری بودن در بیمارستان اگر ضعف عضلات تنفسی موجب تهویه نامناسب و اختلال تنفس در شما شود ممکن است به دستگاه تنفس مصنوعی نیاز پیدا کنید.

تا زمانی که در بیمارستان بستری هستید پزشک و پرستار به منظور جلوگیری از عوارض ناشی از بی حرکتی اقداماتی را برای شما انجام می دهند. ممکن است برای کمک به حفظ قدرت و انعطاف پذیری عضله هایتان فیزیوتراپی شوید.

علاوه بر موارد فوق از داروهای زیر بر حسب نیاز و به منظور تسکین علائم استفاده میشود:

- ۱-کورتون که التهاب و تورم اعصاب را کاهش میدهد
- ۲-سرکوب کننده ایمنی مانند آزارام یا ساینوکسان که در مرحله حاد بیماری تجویز میشود.
- ۳-مسکن ها و ضد دردها مانند آسپرین

۴- سایر داروها مانند کاربامازپین

این بیماری سه مرحله حاد ، نقاهت و بهبودی دارد. معمولاً افراد مبتلا به گیلن باره بهبود می یابند اما ممکن است زمان زیادی طول بکشد. در اکثر افراد ضعف در طی دو تا سه هفته بدتر شده و سپس شروع به بهتر شدن می کند و بعد از مدتی به طور کامل از بین می رود اگرچه بهبودی کامل ممکن است تا ۲ سال طول بکشد. بعضی از افراد تا ماه ها ضعف دارند و در موارد کمی این ضعف تا سال ها باقی میماند ، بعضی دیگر هم هرگز قدرت عضله هایتان بر نمی گردد. گاهی اوقات این سندرم بعد از اولین حمله دوباره عود می کند

نحوه مراقبت از خود:

-از مصرف سیگار و الکل خودداری کنید.

-با دقت توصیه های پزشک و پرستاران را دنبال کنید.

-داروی خود را درست و سر وقت مصرف کنید.

-اگر فیزیوتراپی می شوید به دقت ورزشهای فیزیوتراپی را انجام دهید تا عضلاتتان دوباره انعطاف پذیر و قدرتمند شود.

-مشاوره با یک روانشناس به سازگار شدن شما با شرایط بیماری و کیفیت زندگی مطلوب کمک میکند