

تشنج چیست؟

ارتباط و فعالیت سلول های مغزی با یکدیگر از طریق تخلیه انرژی الکتروشیمیایی در طول این سلول ها است و به این وسیله اعمال و رفتارهای بدن کنترل و تنظیم می شود حال اگر این تخلیه انرژی به طور غیر طبیعی نادرست و به شکل انفجاری باشد باعث بروز تشنج می شود.

علائم و انواع تشنج

بسته به محل سلول های تخلیه شده تشنج ممکن است از یک حمله ساده خیرگی چشم تا حرکات تشنجی طولانی مدت همراه با بیهوشی متغیر باشد تشنج ها براساس محل گرفتار در مغز طبقه بندی می شوند و براین اساس نیز علائم و نشانه های خاص خود را دارند که عبارتند از :

تشنج عمومی : هر دو نیمکره مغز را در بر می گیرد و علائم آن شامل سفتی شدید تمام بدن پرشها و انقباضات عضلانی- شلی عضلانی- بی اختیاری ادرار و مدفوع بالارفتن سیاهی چشم و خروج کف از دهان در هر دو طرف بدن ایجاد می شود این نوع معمولاً در مرحله زیر رخ می دهد:

شروع: نوعی هشدار شروع تشنج است با علائم اضطراری- سرگیجه- احساس ناخوشایند- مزه یا بوی عجیب و غریب

سفتی عضلانی: در این مرحله بیهوشی ناگهانی -افتادن روی زمین

- انقباض و کشیدگی عضلات و کمانی شدن کمر ایجاد میشود.

سفتی شدید: بیمار دچار سفتی عضلانی شدید همراه با افزایش انحنای کمر می شود.

مرحله حرکتی: ایجاد شلی عضلانی- تشنج پرشی و شدید- از دست دادن کنترل ادرار و مدفوع و گاز گرفتن زبان لب ها یا دهان در این مرحله ممکن است دیده شود معمولاً فقط 1تا3 دقیقه طول می کشد.

مرحله پس از تشنج: شامل به هوش آمدن بیمار است شاید ابتدا بدون واکنش بعد گیج باشد اما به تدریج بهتر می شود سردرد و ضعف موقت دارد 10تا30 دقیقه این مرحله طول می کشد.

تشنج جزئی ساده: شامل فعالیت عضلانی پرشی در یک ناحیه از بدن که بیمار نمی تواند حرکات پرشی را کنترل کند اما بیدار و به تشنج آگاهی دارد این حالت می تواند به دیگر نقاط بدن نیز گسترش یابد.

تشنج جزئی پیچیده: معمولاً 1 تا2 دقیقه طول کشیده و با زل زدن بی اعتنا شروع و به دنبال آن نوعی فعالیت تصادفی از قبیل جوییدن به هم مالیدن لب ها غلتاندن انگشتان تکرار می شود بیمار منگ و بی خبر از اطراف خود است.

تشنج غالب : در بچه ها بیشتر دیده می شود و توسط نوعی زل زدن بی اعتنا شروع و پایان ناگهانی مشخص می شود و فقط چند

ثانیه طول می کشد ممکن است پلک زدن سریع جوییدن و فقدان توجه نیز وجود داشته باشد.

تشنج ناشی از تب: تب بالا در بچه های بین 6 ماه تا 6 سال می تواند باعث تشنج شود کمتر از 15 دقیقه طول کشیده و حمله آن مانند تشنج عمومی است .

صرع: اگر حملات ناشی از تشنج مرتباً تکرار شوند به آن صرع گفته می شود. البته اگر تکرار آنها مربوط به تب یا صدمات مغزی نباشد همچنین اگر تشنج ها و حملات بیشتر از 30 دقیقه طول بکشد و فرد در بین حملات هوشیار نباشد به آن صرع مداوم گفته می شود.

علل تشنج: عواملی که بیشتر باعث تشنج می شوند عبارتند از : تب بالا- عفونت- مسمومیت-قندبالا یا پایین-آسیب به سر- شوک- کاهش اکسیژن- سکتة مغزی- محرومیت از مواد یا الکل- فشار خون بالا- عدم تعادل عناصر مهم خون- عوارض حاملگی- ریتم غیر طبیعی قلب و در برخی موارد نیز عوامل 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 تشنج شوند لذا باید از آنها جداً خودداری نمود.

این عوامل شامل: تماشای زیاد تلویزیون- گرسنگی- بی خوابی- خستگی- فعالیت در هوای گرم- سر صدای زیاد- خوردن قهوه-

مصرف الکل- استرس - اضطراب- ناامیدی - فعالیت فکری زیاد-

شوک الکتریکی و یبوست

اقدامات لازم در طی حمله تشنج

برای بیمار محیط خصوصی تامین نموده و وی را از کنجکاوی تماشاگران حفظ کنید. در صورت امکان بیمار را روی زمین قرار دهید. برای پیشگیری از آسیب سر و برخورد به زمین سر بیمار را با استفاده از پد حمایت کنید.

لباس های تنگ را باز کنید. هرگونه ااثیه را که ممکن است در طی تشنج به بیمار صدمه بزند از او دور کنید.اگر بیمار در رختخواب است بالش ها را بردارید و نرده های کنار تخت را بالا بکشید .سعی نکنید فک بیمار را که در اثر سفتی بسته می شود با فشار باز کنید ممکن است در اثر هرگونه فشاری شکستگی دندانها و آسیب به لب ها پیش آید.

هرگز نباید بیمار در حال تشنج را محدود کرد یا گرفت زیرا انقباضات عضلانی قوی و محدودکننده خطر آسیب به بیمار دارد. در صورت امکان بیمار را روی یک پهلو قرار داده سر او را کمی به جلو خم کنید که زبان به طرف جلو متمایل شود و تخلیه بزاق و آب دهان بهتر انجام شود.

اقدامات لازم بعد از تشنج

برای پیشگیری از خفگی بیمار را روی یک پهلو قرار دهید. ممکن

است در حین یا بلافاصله پس از تشنج عمومی یک دوره کوتاه قطع

تنفس ایجاد شود.

بیماری که بیدار شده است باید نسبت به محیط آگاهی داده شود.

اگر بیمار بعد از تشنج دچار تحریک شدید می شود محیط را آرام کرده و از محدوده کننده های ملایم استفاده کنید.

تا بیمار هوشیاری خود را بدست نیاورده سعی نکنید به وی چیزی بخورانید

توصیه های مهم

- داروها را روزانه و برطبق دستور مصرف نموده و هرگز آنها

را قطع نکنید حتی اگر تشنج یا حملات صرعی وجود نداشته باشد

- از فعالیت هایی که احتیاج به هوشیاری و هماهنگی کامل دارند اجتناب نمایید مگر اینکه اثرات داروها توسط پزشک ارزیابی شوند.

علائم مسمومیت دارویی را به پزشک گزارش کنید :

گیجی - خواب آلودگی - اشکال در راه رفتن - خواب

نامناسب و اختلالات بینایی

- از مصرف بیش از حد دارو خودداری کنید.

- برای اجتناب از سقوط از حمام دوش بیشتر استفاده کنید

- هرگز به تنهایی شنا نکنید.

- ورزش را در حد متوسط و در محیط با درجه حرارت

کنترل شده انجام دهید تا از گرمای زیاد اجتناب شود.

- برای به حداقل رساندن کم خوابی و خستگی الگوهای منظم خواب را تنظیم کنید.

تندرست و شاد باشید.

تشنج

بیمارستان آیت ...بروجردی

واحد آموزش