



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی
۱۷ شهریور رشت

خودمراقبتی در تشنج



تهیه و تنظیم: کمیته آموزش سلامت بخش PICU

تحت نظارت: سوپروایزر آموزش سلامت

تیر ۱۳۹۹

با آرزوی سلامتی برای شما و فرزند دلبندتان برای کسب اطلاعات و پیگیری، اطلاعات تماس مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی هفده شهریور رشت به شرح ذیل می باشد:

آدرس: رشت، خیابان نامجو، خیابان شهید سیادت، ضلع جنوبی پارک شهر، مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی ۱۷ شهریور رشت

شماره تماس بیمارستان (بخش PICU):

۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴(۳۰۷)

آدرس صفحه "آموزش به بیمار" بیمارستان:

<http://www.gums.ac.ir/17shahrivar>



منبع:

هاکنبری مریلین، ویلسون دیوید. ۱۳۹۴ درسنامه پرستاری

کودکان ونگ. ترجمه پوران سامی، محمود بدیعی، فاطمه احدی.

تهران: نشر و تبلیغ بشری، ص ۱۰۹۷-۱۱۱۵.

در صورت تشنج چه اقدامی انجام دهیم؟

هنگام تشنج اطراف کودک خود را خلوت کنید. کودک را روی زمین به یک پهلو قرار داده و سرش را بچرخانید تا ترشحات دهان به راحتی خارج شود. هرگز سعی نکنید فک کودک خود را به زور باز کنید و یا انگشتتان را در دهان قرار دهید چون می تواند باعث آسیب به دندان و لثه کودک و انگشت شما شود.



چگونه پس از ترخیص از فرزندم مراقبت کنم؟

- داروها بطور منظم به کودک داده شود و بدون دستور پزشک قطع نگردد.
- عوامل تشدید کننده حملات تشنج را کاهش دهید مانند:
- تنش عاطفی، کمبود خواب، هیجانات، تب، جرقه های نور
- داروهای ضد تشنج عوارضی مانند سرگیجه، سردرد، عدم تعادل، بی خوابی یا خواب آلودگی ایجاد میکند که با کاهش دارو توسط پزشک برطرف می شود.

توصیه های خود مراقبتی

.....

.....

.....

والدین گرامی با آرزوی شفای عاجل برای فرزند دلبندتان، مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در مورد بیماری فرزندتان می باشد لطفاً به نکات زیر توجه فرمایید:

بیماری تشنج چیست؟

تشنج حاصل عملکرد نامناسب سیستم الکتریکی مغز است و نشانه تشنج بستگی به موضع اختلال در مغز دارد که ممکن است شامل عدم آگاهی کودک شما از محیط، حرکات غیر ارادی، رفتارها، احساسات یا وضعیت بدن باشد.



علت تشنج چیست؟

عفونت، مننژیت (عفونت مغز)، ضربه به سر، عوامل عاطفی یا ژنتیکی، کاهش قند خون و مسمومیت دارویی باشد.

چگونه تشنج تشخیص داده میشود؟

- تست آزمایشگاهی
- تصویر برداری
- نوار مغز

شایعترین علائم تشنج چیست؟

۱- حرکات غیر ارادی دست و پا

۲- کاهش هوشیاری

۳- خیرگی یا چرخیدن چشم به یک سمت

۴- دفع غیر ارادی ادرار

۵- قفل شدن فک و خروج کف از دهان

تشنج چگونه درمان میشود؟

هدف از درمان، کنترل حملات یا کاهش تعداد تشنج و شدت آنها، کشف علت تشنج، اصلاح آن و در صورت امکان ارتقاء کیفیت زندگی بیماران می باشد.

چگونه از عوارض تشنج جلوگیری کنیم؟

۱- یکی از عوارض تشنج برگشت مواد غذایی یا بزاق به ریه می باشد باید هنگام تشنج کودک را به پهلو بخوابانید.

۲- برای پیشگیری از صدمات احتمالی اشیاء را از اطراف کودک دور نگهدارید.

تغذیه صحیح فرزندم در زمان ابتلا به این بیماری

چگونه است؟

گرسنگی می تواند عامل تشدید کننده تشنج باشد باید وعدهای غذایی کودک را منظم باشد.

نحوه مصرف دارو چگونه است؟

بهترین زمان مصرف دارو هنگام غذا یا زمان خواب می باشد. به هیچ وجه داروی کودک را بدون دستور پزشک قطع ننمایید.

میزان فعالیت فرزندم در زمان بیماری چگونه است؟

حضور کودک در مدرسه، اردو و سایر فعالیتهای طبیعی تشویق میشود اما اعضای مدرسه باید از وضعیت فعلی کودک و نوع درمان او آگاه باشند. حضور در محیط مرتفع و شنا کردن به تنهایی توصیه نمی شود.

چگونه ایمنی فرزندم را رعایت کنم؟

نرده های تخت کودک همیشه بالا باشد و ملحفه نرم کنار نرده تخت قرار گیرد. کودک خود را تنها نگذارید و اسباب و اثاثیه منزل که ممکن است هنگام تشنج به کودک آسیب برساند را دور کنید.