

## شرح حال بیماری

علت بروز تشنج در بسیاری از مردم نامعلوم است تشنج می تواند به دنبال آسیب دیدگی های حین زایمان، اختلال در استفاده از اکسیژن، ضربه های سر، تب و یا زمینه های ارثی باشد.

تشنج بعد از تب بالا در کودکان شایع است.

## تظاهرات بالینی

کاهش ناگهانی هوشیاری که در بسیاری موارد باعث سقوط ناگهانی بیمار می شود، قفل شدن دندان در هنگام بروز حمله، خارج شدن مایع سفید رنگ از دهان (کف) علائم شایع بروز تشنج می باشد، سفتی بدن، انحراف چشم ها به عقب، تکان خوردن، لرزش عضلانی و تنفس پر سر و صدا.

## بعد از اتمام تشنج

- بیمار را در وضعیت پایدار خوابیده به پهلو بخوابانید.
- تا زمان بهبودی کامل در کنار بیمار بمانید.
- علائم حیاتی را کنترل نمایید.
- راه هوایی.
- گردش خون.
- تنفس.



## چه باید بکنیم؟

- برای نگه داشتن و مهار کردن بیمار تلاش نکنید.
- برای باز کردن دهان فشار نیاورید و چیزی را با فشار داخل دهان نکنید.
- تا زمانی که مصدوم هوشیار نشده یا بهبود نیافته به وی غذا و مایعات ندهید.
- بیمار را بدون همراه تنها نگذارید.
- اگر بیمار به خواب رفت مزاحم وی نشوید.
- برای جلوگیری از آسپیراسیون و ورود مواد غذایی به راه هوایی، بیمار را به یک طرف بخوابانید (ترجیحا به طرف چپ).





## نشانه های خطر پس از ترخیص

بیمار گرمی سقوط و ضربه به سر بیمار شایعترین مشکل است که بعد از ترخیص اتفاق می افتد.

## زمان مراجعه به پزشک

در صورت بروز مشکل و حمله مجدد به پزشک خود مراجعه نمایید.

## فعالیت خود مراقبتی

بیمار گرمی تا حد امکان مایعات، سبزیجات و میوه جات فراوان استفاده کنید.

غذاهای محرک مثل سوسیس و کالباس، کاکائو و غذاهای چرب استفاده نکنید. علائم قبل از بروز حمله تشنج خود را بشناسید و در صورت بروز این علائم به یک نفر از اطرافیان خود اطلاع دهید.

## رژیم غذایی بیمار

بیمار گرمی بهتر است از گوشت مرغ و ماهی بیشتر از سایر گوشت ها مصرف نماید.

مصرف بیشتر پسته و بادام به صورت روزانه مصرف روغن زیتون، روغن کنجد و ادویه های گرم مثل دارچین توصیه می شود.



## ایمنی

بیمار گرمی: بالا بودن نرده تخت و داشتن همراه جهت جلوگیری از سقوط شما لازم ضروری است. از فعالیت و ورزش سنگین اجتناب نمایید و به تنهایی به ارتفاعات یا برای شنا در دریا و استخر نروید.

داروهای خود را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

منبع: مقالات الزویر ساینس دایرکت



بیمارستان سلامت فردا  
SALAMAT FARDA HOSPITAL

آدرس: اشرفی اصفهانی، خیابان ناطق نوری، بیمارستان سلامت

+۹۸ ۲۱ ۴۹۲۲۹۰۰۰

+۹۸ ۹۳۵ ۱۱۵ ۳۹۶۲

www.salamatfardahospital.com

Slamatfarda\_hospital