

تشنج:

تشنج نشانه بروز یک فعالیت نوروئی همزمان ، غیر طبیعی و شدید در مغز است که میتواند به صورت تغییر در وضعیت روانی ، سطح هوشیاری ، حرکات تونیک و کلونیک بروز یابد. حمله تشنج بروز ناگهانی نشانه ها و عائم بیماری است این اصطلاح بخصوص در مورد صرع به کار می رود. البته تشنج علل غیر صرعی نیز دارد مانند هیپوگلسمی ، تب و تشنج ، افت فشار خون ، میگرن ، ضربه مغزی و ...

علل تشنج:

تب بالا

صرع

سکته مغزی

قند خون پایین

ضربه مغزی

میگرن

تومور مغزی

سوء مصرف الکل

کمبود ویتامین D

مصرف داروهای غیر قانونی و یا مواد مخدر

کمبود خواب

میزان پایین سدیم خون (هیپوناترمی)

خونریزی مغزی ناشی از ترومای سر

مصرف بعضی از داروها

افت فشار خون

انواع تشنج :

تشنجهای عمومی :

تشنجهایی که همه قسمت های مغز را درگیر می کنند تشنج عمومی نامیده می شوند که عبارتند از :

۱ - تشنج ابسنس (Absence): اغلب در کودکان ظاهر میشود. این عارضه ممکن است باعث از دست دادن آگاهی در کوتاه مدت شود.

۲ - تشنج های تونیک : این نوع تشنج دستها و پاها را تحت تاثیر قرار میدهد و باعث افتادن فرد روی زمین میشود.

۳ - تشنج آتونیک : این نوع تشنج باعث ایجاد اختلال در کنترل عضلات شده و باعث سقوط ناگهانی فرد بر روی زمین میشود.

۴ - تشنج کلونیک : این تشنج معمولا روی گردن ، صورت و دستها تاثیر دارد.

۵ - تشنج های میوکلونیک :معمولا به صورت حرکات ناگهانی پاها و بازوها ظاهر می شوند.

۶ - تشنج های تونیک - کلونیک : این نوع حملات تشنجی میتوانند باعث از دست دادن ناگهانی هوشیاری ، سفت شدن و تکان دادن بدن و گاهی اوقات از دست دادن کنترل مثانه و یا گاز گرفتن زبان و یا کف کردن جزئی دهان شوند.

تشنج های کانونی :

شامل از دست دادن و یا تغییر سطح هوشیاری و یا آگاهی هستند . در این حالت فرد ممکن است به یک نقطه خیره شود و به محیط طبیعی خود پاسخ ندهد و یا حرکات تکراری انجام دهد. گونه دیگر تشنج کانونی وجود دارد که ممکن است در آن سطح هوشیاری تغییری نکند ولی باعث ایجاد اختلال در عواطف فرد مانند تغییر در مزه ها ، بو و احساس شود. در این حالت ممکن است حرکات ناخواسته یک قسمت بدن مانند دست یا پا و یا علایمی مانند سرگیجه و چشمک زدن نیز منجر شود.

آموزشهای حین بستری:

- توصیه به اجتناب از خسته کردن بیش از حد خود ، کم خوابی
- دوری از استرس و فشارهای عصبی
- اجتناب از تماشای بیش از حد تلویزیون و بازیهای کامپیوتری و گوشی موبایل
- در صورت داشتن تب همکاری با پرستار مربوطه جهت کنترل تب
- مصرف داروها طبق دستور پزشک در زمانی که پرستار میدهد
- آموزش در مورد عوارض احتمالی داروها
- آموزش در مورد رژیم غذایی و عدم استفاده از الکل
- توضیح در مورد انجام ویزیت مرتب و چک سطح خونی داروها

آموزشهای حین ترخیص :

- دور کردن اجسام نوک تیز از اطراف بیمار بدلیل احتمال بروز تشنج
- اجتناب از مصرف الکل و دوری از کم خوابی

- استفاده از رژیم غذایی سالم
- انجام ویریت‌های دوره ای منظم و چک میزان خونی داروها
- دوری از بی خوابی و خسته کردن خود
- دوری از استرس و فشارهای عصبی
- اجتناب از تماشای بیش از حد تلویزیون و بازیهای کامپیوتری و گوشی موبایل
- در صورت تب دار شدن بلافاصله پاشویه کرده و از استامینوفن استفاده کرده و به پزشک مراجعه کند
- از استرس و فشارهای عصبی اجتناب شود