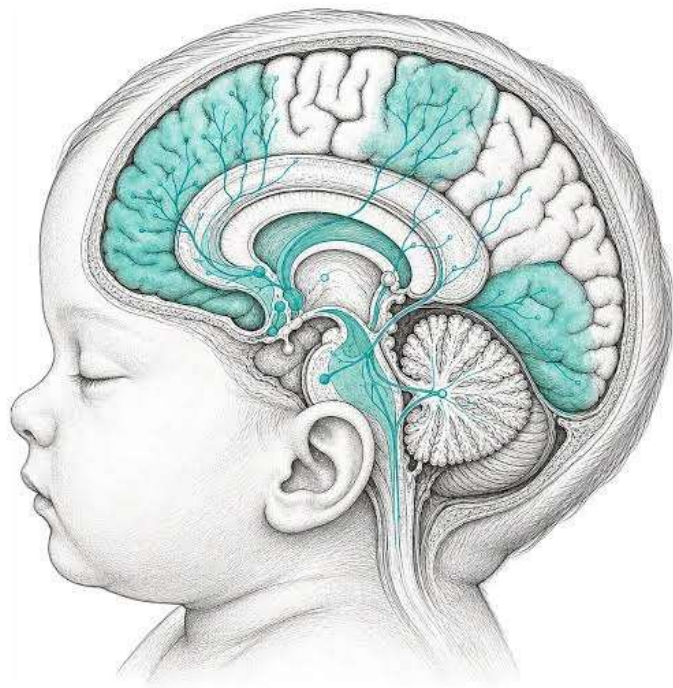


بسم الله الرحمن الرحيم

خودمراقبتی در تشنج های دوران کودکی



تهیه و تنظیم :

واحد آموزش به بیمار و پیگیری پس از ترخیص بیمارستان افضلی پور

تابستان 1405

- ناهید حاجی محمدی کارشناس ارشد پرستاری داخلی جراحی
- محبوبه باقری کارشناس ارشد پرستاری مراقبت های ویژه
- راحله نصیری مقدم کارشناس ارشد پرستاری مراقبت های ویژه

فهرست مطالب

تعریف تشنج	3
انواع تشنج	3
تشنج های ناشی از تب	3
علائم	3
تشخیص	4
درمان	4
ورزش ها و احتیاطات خاص	5
اقدامات احتیاطی مربوط به حمله تشنج	5
حمایت روانی اجتماعی از کودکان	6
راه های پایین آوردن تب	6

تشنج

تشنج وقوع نشانه ها یا علا متهای گذرای است که ناشی از فعالیت بیش از حد یا همزمان و غیر طبیعی نورون ها در مغز می باشد. صرع با بروز 2 بار یا بیشتر حمله ی تشنجی بدون تحریک مشخص می شود و در فاصله ی زمانی بیش از 24 ساعت اتفاق می افتد.

انواع تشنج:

- حملات کانونی :

تشنج نسبی ممکن است از هر ناحیه ای در قشر مغز شروع شود و بر اساس قسمت درگیر علائم نشان داده شود و با کاهش سطح هوشیاری یا بدون کاهش سطح هوشیاری باشد.

- حملات نسبی ساده :

این حملات ممکن است همراه با علائم حسی مانند بیحسی یا سوزن سوزن شدن قسمتی از بدن یا همراه با علائم حرکتی مانند حرکات انحرافی چشم به بالا و یا پایین باشد.

- حملات نسبی پیچیده:

مهمترین نشانه ی حملات نسبی پیچیده اختلال هوشیاری میباشد که کودک ممکن است حالت بهت زده ، گیج و وحشت زده داشته باشد و هنگامی که با او صحبت می شود یا به وی دستوری داده می شود قادر به پاسخ دادن نباشد.

- حملات عمومی

این حملات به صورت ناگهانی شروع می شوند و در هر زمانی از روز یا شب رخ می دهند. در صورتیکه کودک ایستاده باشد به زمین می افتد، تمام عضلات سفت می شود و انقباض در تمام بدن ایجاد می شود. بازوها معمولاً خم شده و پاها و سر و گردن کشیده می شود، دهان بسته می شود و زبان ممکن است گاز گرفته شود. این مرحله تقریباً 10 تا 30 ثانیه طول می کشد.

در مرحله ی بعد حرکات پرشی ایجاد میشود و کودک نمی تواند ریزش بزاق را کنترل کند ممکن است دچار بی اختیاری و دفع ادرار و مدفوع شود این مرحله تقریباً 30 تا 50 ثانیه طول می کشد و پس از حمله کودک ممکن است نیمه هوشیار بوده و به سختی تحریک شود این مرحله ی ممکن است 30 ثانیه تا حتی چند ساعت طول بکشد و کودک ممکن است به خواب عمیق فرو رود.

- تشنج های ناشی از تب

تشنج هایی هستند که بین سنین 6 و 60 ماهگی با درجه حرارت 38 درجه سانتی گراد یا بالاتر اتفاق می افتد.

نقش عوامل ژنتیک در بروز تشنجات تب دار از طریق سابقه ی خانوادگی مثبت این نوع تشنج ها نشان داده می شود.

در بیشتر موارد، "تشنج ناشی از تب" بی خطر است، ولی این از اهمیت موضوع کم نمی کند و باید به آن توجه کافی کرد. در

صورتیکه کودک به چنین تشنجی دچار شد (اگر دیدید تنفس کودک سنگین می شود، آب دهانش راه می افتد، سیاهی چشم

هایش بالا می رود، و یا دست و پایش بشدت تکان می خورد) ، بلافاصله او را به پشت یا به پهلو و دور از اجسام سخت و تیز بخوابانید. سر کودک را به آرامی به یک طرف برگردانید تا استفراغ یا بزاق براحتی از دهانش خارج شود. مطمئن شوید چیزی در دهانش نیست و تا زمانی هم که در حال تشنج است چیزی در دهانش نگذارید. سعی کنید مدت زمان طول کشیدن تشنج را بخاطر بسپارید. وقتی تشنج تمام شد درجه حرارت بدن کودک را پایین بیاورید تا مانع بروز تشنج های بعدی شوید. حتی اگر تشنج خفیف باشد یا فقط چند ثانیه طول کشیده باشد به اورژانس مراجعه کنید

علائم

با توجه به نوع تشنج و صرع علائم متفاوت می باشد. علائم ممکن است با از دست رفتن هوشیاری یا بدون از دست دادن هوشیاری باشد.

ممکن است حرکات انقباضی تشنجی همراه با خروج بزاق قطع تکلم، سفت شدن بدن باشد ممکن است از یک پا ، دست یا صورت آغاز شود و به تمامی نواحی انتشار یابد.

در بعضی از انواع تشنج ها ممکن است شروع تشنج با کرختی، بی حسی، سوزن سوزن شدن شروع شود.

در بعضی از کودکان 3 سالگی تا نوجوانی ممکن است تشنج با خواب آلودگی یا خوابیدن طولانی پس از حمله، گیجی و فراموشی همراه باشد.

در یکسری از تشنج ها ممکن است تشنج خود را با قطع ناگهانی فعالیت، بهت زدگی، نگاه خیره ، بی تفاوتی نشان دهد. احتمال انجام دادن کارهای بی هدف تکراری مثل راه رفتن، دویدن، لگد زدن، خندیدن یا تکرار کلمات، حرکت تند لبها، آب ریزش از دهان خود را نشان دهد و به دنبال آن فعالیتهای زمین خوردن و خواب پس از حمله روی دهد.

تشخیص

بلافاصله پس از اولین تشنج کودک بایستی در بیمارستان توسط پزشک مورد بررسی قرار گیرد بر اساس نظر پزشک معالج برای

تشخیص علت تشنج یکسری آزمایشات و معاینات انجام می گیرد و نوار مغز در صورت صلاح دید از کودک انجام می شود.

بر اساس نظر پزشک معالج و جهت شناسایی علت تشنج آزمایشات خونی ، نمونه گیری از مایع مغزی نخاعی و تصویر برداری نیز ممکن است انجام شود .

درمان



بخش مهمی از درمان بیماران مبتلا به صرع آموزش دادن ، درمان دارویی و محدودیت هایی که به دلیل بیماری ایجاد می شود لازم است.

توجه به مصرف صحیح دارو جهت کودکان مبتلا به تشنج بسیار مهم است و به هیچ عنوان نباید خودسرانه دارو قطع گردد .

محدودیت در رانندگی در نوجوانان انجام بعضی از ورزش ها باید محدود گردد.

ورزش ها و احتیاطات خاص



- بر اساس وضعیت نوع تشنج بایستی نوع ورزش تعیین شود

- اضطراب و خستگی پس از فعالیت ممکن است باعث تشنج شود بنابراین بهترین زمان ممکن را برای ورزش انتخاب نمایید.
- استفاده از کلاه ایمنی و پوشش های خاص برای دست و پا در هنگام دوچرخه سواری و اسکیت ضروری می باشد.
- در صورت بروز تشنج های ناگهانی ورزش هایی مانند ژیمناستیک، شیرجه ی عمیق، کوهنوردی ، کار با ترامپولین، بالا رفتن از طناب ممنوع می باشد.

اقدامات احتیاطی مربوط به حمله تشنج

- بالا بردن نرده های کنار تخت هنگامی که کودک می خوابد یا استراحت می کند.
- قرار دادن لایه ای نرم در کنار نرده های تخت و دیگر اجسام سخت
- تهیه ی تشک ضد آب یا استفاده از تشکچه
- انجام حمام بایستی تحت نظارت دقیق باشد
- کودک را در طی حملات تشنج حرکت نداده و یا فشار او را محدود نکنید و شیئی سفتی را بین دندان های او قرار ندهید
- در زمان تنج راه هوایی کودک باز باشد و کودک به پهلو قرار گیرد
- نباید هیچ ماده خوراکی به کودک داده شود
- اگر کودک استفراغ می کند باید دهان کودک تمیز شود .
- در طی حمله اشیای صدمه زا را از محیط دور کنید.
- کلیه ی کودکان باید از آتش باز، بخاری های گرم ، اجاق ها اجتناب کنند.
- چون ممکن است در هر لحظه ای تشنج اتفاق بیافتد معلم باید از وضعیت کودک و درمان او مطلع باشد کادر مدرسه باید از مصرف منظم دارو و برآوردن هر نوع مراقبت خاص از کودک آگاه باشند.
- داروهای ضد تشنج باید به صورت دقیق مصرف شده و به هیچ عنوان قطع نشود.

حمایت روانی اجتماعی از کودکان

- در رابطه با زندگی طبیعی کودکان مبتلا به تشنج والدین باید نگرش مثبتی نسبت به کودک و وضعیت او داشته باشند. این کودکان باید مانند کودک سالم تربیت شوند.
- کودکی که امنیت او به وسیله ی یک خانواده گرم تامین شده بدون هیچ تفاوتی با دیگر کودکان مورد تشویق و تنبیه قرار می گیرد و در بدست آوردن عزت نفس حمایت می شود.

راه های پایین آوردن تب:



- اگر کودک بر اثر تب بی حال نشده است لزومی به استفاده از دارو نیست. برای پایین آوردن تب می توانید مقدار زیادی شیر سینه یا شیر خشک به کودک بدهید تا هم درجه حرارتش پایین آید و هم از کم شدن آب بدن جلوگیری شود.
- همچنین زیاد به کودک لباس نپوشانید. بالا بودن درجه حرارت بدن کودک ممکن است ناشی از لباس بیش از حد، هوای گرم و یا فعالیت زیاد باشد.
- با آب ولرم پاشویه کنید و یا در وان پر از آب ولرم قرار دهید. پاشویه به شستن پاها و یا انداختن پارچه خیس روی پاها محدود نمی شود.
- هرگز با استفاده از الکل نوزاد را پاشویه نکنید، زیرا الکل از طریق پوست جذب شده و وارد خون می شود. ورود الکل به خون می تواند سبب بروز مشکلات تنفسی یا تشنج شود.
- دوز صحیح دارو بستگی به وزن کودک دارد . همیشه با استفاده از قطره چکان دوز دقیق دارو را به کودک بدهید
- هیچگاه داروی تب بر را بیش از تعداد دفعات توصیه شده به کودک ندهید و بر اساس نظر پزشک معالج داروی تب بر تجویز شده را به کودک بدهید.
- هیچگاه به کودک خود آسپیرین ندهید
- بسیاری از داروهای ضد سرماخوردگی و سرفه، حاوی ترکیبات تب بر نظیر استامینوفن هستند.