

کمک های اولیه در رابطه با تشنج

تشنجهای غیر تکانی

- علائم آن ممکن است شامل موارد زیر باشد:
- عدم آگاهی، نگاه کردن به یک نقطه
 - حرکات تکراری، مزه مزه کردن لبها
 - بدون هدف راه رفتن، گیجی و سردرگمی
- معمولاً از 1 تا 3 دقیقه طول میکشد و ممکن است بعداً فرد گیج باشد.

شما چگونه میتوانید کمک کنید

1. در کنار فرد بمانید. برای متوقف نمودن حمله تلاش نکنید و بگذارید مراحل خود را طی کند. فرد از اعمال و حرکات خود غافل است و ممکن است صدای شما را نشنود.
2. اجسام خطرناک را از سر راه او بردارید.
3. از تکان خوردن و لرزش او جلوگیری نکنید.
4. به آرامی او را از خطر دور و راه دسترسی به خطر را مسدود کنید.
5. بعد از خاتمه تشنج دوباره به او فوت قلب بدهید، ممکن است احساس گیجی کند. در کنار او بمانید تا دوباره به هوشیاری کامل باز گردد.



زمانی که باید با 911 تماس بگیرید

- اگر حمله تشنجی بیش از 5 دقیقه طول بکشد
- اگر بعد از خاتمه حمله، هوشیاری یا تنفس منظم فرد دوباره باز نگردد
- اگر حمله، بدون بهبودی کامل بین حمله ها باز تکرار شود
- اگر حمله برای اولین بار باشد یا فرد آسیب دیده، باردار، یا مبتلا به دیابت (بیماری قند خون) باشد.
- اگر حمله در آب رخ دهد.

صرع چیست؟

صرع یک بیماری عصبی است که موجب حملات تشنجی مکرر میگردد. تشنج به یک تغییر در حس - هوشیاری و رفتار در فرد میگویند که بدنبال اختلال الکتریکی گذرا در مغز بوجود می آید. وقتی تشخیص صرع در یک فرد گذاشته میشود که دو یا چند بار تشنج داشته باشد.

از هر 100 نفر یک (1) نفر به بیماری صرع مبتلا میشود.

افراد از هر نژاد و قومی به صرع مبتلا میشوند. کودکان و سالمندان اغلب اوقات به صرع مبتلا میشوند، اما این بیماری میتواند در هر مرحله زندگی یک فرد بروز کند.



تشنج های تکانی

علائم آن ممکن است شامل موارد زیر باشند:

- بیهوش شدن
 - سفت و سخت شدن بدن، حرکات سریع و غیرارادی عضلات
 - تنفس سطحی و خفیف
 - عدم کنترل ادرار و مدفوع داشته باشد.
- معمولاً از 1 تا 3 دقیقه طول میکشد. فرد ممکن است پس از آن، حالت گیجی یا سردرگمی داشته باشد.

شما چگونه میتوانید کمک کنید

1. آرام بمانید. بگذارید تشنج مراحل خود را طی کند و فرد را محدود نکنید.
2. مدت زمان تشنج را اندازه بگیرید.
3. فرد را از آسیب دیدن محافظت کنید. در صورت لزوم، آهسته و با دقت او را روی زمین قرار دهید. اشیا و اجسام را از سر راه او بردارید و جسم نرمی را زیر سرش قرار دهید.
4. هر چیز تنگی را از دور گردنش شل یا باز کنید.
5. در دهان او چیزی قرار ندهید. اگرچه ممکن است زبانش را گاز بگیرد اما آن را قورت نمیدهد.
6. به آرامی فرد را به پهلو بخوابانید تا راحت تر نفس بکشد.
7. پس از خاتمه تشنج ممکن است به استراحت نیاز داشته و احساس گیجی داشته باشد. در کنار او بمانید تا دوباره بحالت طبیعی خود برگردد.



اطلاعات سریع دربارهٔ صرع

1. صرع یک نوع بیماری است که باعث حملات تشنج میشود
2. حمله میتواند به اشکال مختلف اعم از خیره شدن به یک نقطه تا تشنج بروز کند
3. هرکسی در هر سنی میتواند به صرع مبتلا شود
4. صرع مُسری نیست
5. حمایت و درک افراد مبتلا به صرع تفاوت مهمی در زندگی آنها ایجاد میکند



مرکز صرع تورنتو

مرکز صرع تورنتو به ارتقاء استقلال و کیفیت زندگی مطلوب برای تمام افراد مبتلا به صرع و خانواده هایشان اختصاص داده شده است.

خدماتی که این مرکز ارائه میدهد:

- اطلاعات و آموزش
- مشاوره و گروه های پشتیبان
- خدمات اشتغال به کار

آدرس مرکز صرع تورنتو

468 Queen St. East, Suite 210
Toronto, ON M5A 1T7
تلفن: 416.964.9095 فکس: 416.964.2492
ایمیل: info@epilepsytoronto.org
وب سایت: www.epilepsytoronto.org



facebook.com/epilepsytoronto



@epilepsytoronto

FARSI



United Way Member Agency
Charitable No. 107306912RR0001

بیماری صرع



بیايید در این باره صحبت



مرکز صرع تورنتو

www.epilepsytoronto.org

