የሚጥል በሽታ ምንድነዉ ?

የሚጥል በሽታ በነርቭ መታወክ የተነሳ ተደጋጋሚ የሆነ በሰዉነት ላይ ማንቀጥቀጥን፣ የጡንቻ መገታተርን እና ማርገፍገፍን የሚያስከትል በሽታ ነዉ። የነርቭ መታወክ ሲጀምር የስሜት ህዋስት ላይ ለዉጥ ይከሰታል፣ የህሌና መሳት ወይም የባህሪ ለዉጥ ይስተዋላል። ይህም የሚሆነው በአንጎላችን ዉስጥ የምገኘዉ የኤለክትርክ ስርጭት ለአጭር ጊዜ ስለሚታወክ ነዉ። አንድ ሰዉ የምጥል በሽታ አለዉ ተብሎ የሚወሰነዉ የነርቭ መታወክ ቢያንስ ከሁለት እና ከዝያ በላይ ተደጋግሞ ሲከሰት ነዉ።

የሚጥል በሽታ ከ100 ሰዎች በአንድ ሰዉ ላይ ይከሰታል።

የሚጥል በሽታ የዘርን ሳይለይ በማንኛዉም ሰዉ ላይ ይከሰታል።

ምንም እንኳን የሚጥል በሽታ በአብዛኛዉ በልጆች እና አዛዉንቶች ላይ ቢከሰትም በማንኛዉም የዕድሜ ክልል ሊከሰት ይችላል።

የነርቭ መታወክ (የሰዉነት ማንቀጥቀጥ) ሲጀምር የሚሰጥ የመጀመርያ የህክምና ዕርዳታ፡

የሰዉነት ማንቀጥቀጥ እና ማርገፍገፍን የሚያስከትለዉ የነርቭ መታወክ ሲከሰት የሚከተሉትን ምልክቶች
ሊያጠቃልል ይችላል፡

- ራስን መሳት
- የሰዉነት መገታተር፣ የጡንቻዎች መርገፍገፍ
- ላይ ላዩን መተንፈስ
- የዓይነምድር ወይም ሽንት መሳት

ባብዛኛው ከ1 እስከ 3 ደቂቃ ይቆያል። ከዛም በማስከተል፣ ግለሰቡ/ቧ ግራ የመጋባት ወይም ያለበትን/ያለችበትን ያለማወቅ ስሜት ሊኖረው/ሊኖራት ይችላል።

እንዴት መርዳት እንደሚችሉ፡-

1. ይረጋጉ። መንቀጥቀጡ እስከሚያቆም ይጠብቁ፣ ግለሰቡን/ቧን ለመያዝ አይሞክሩ።
2. መንቀጥቀጡ ምን ያክል እንደቆየ ሰዓት ይያዙ።
3. ግለሰቡ/ቧ እንዳይጎዳ/እንዳትጎዳ ይጠብቁት/ይጠብቋት። ካስፈለገ፣ ቀስ ብለው ወደ መሬት ያውርዱት/ዷት። ዕቃዎችን ከመንገድ ያውጡ። ከጭንቅላቱ/ቷ ሥራ ለስላሳ ነገር ያስቀምጡ።
4. አንገቱ/ቷ ዙሪያ ጥብቅ ነገር ካላ ያላሉለት/ላት።
5. አፉ/አፏ ውስጥ ምንም ነገር አያስገቡ። ግለሰቡ/ቧ ምላሱን/ሷን አይውጥም/አትውጥም (ሊነክሰው/ልትነክሰው ግን ይችላል/ትችላለች)።
6. ግለሰቡን/ቧን በጥንቃቄ ወደ ጎኑ/ኗ ያዙሩ፣ በቀላሉ መተንፈስ እንዲችል/እንድትችል።

7. መንቀጥቀጡ ካቆመ በኋላ፣ ግለሰቡ/ቧ እረፍት ሊያስፈልገው/ሊያስፈልጋት ይችላል። ግራ የመጋባት ስሜት ሊኖራቸው ይችላል። የት እንዳለ/ች እስከሚያውቅ/ምታውቅ ድረስ አብረውት/ዋት ይቆዩ።

የሰዉነት ማንቀጥቀጥ የማያስከትለዉ የነርቭ መታወክ ሲከሰት የሚከተሉትን ምልክቶች
ልያጠቃልል ይችላል፡

- ግንዛቤ ማጣት፣ያለማስተዋል ማፍጠጥ
- ተደጋጋሚ እንቅስቃሴዎች፣ከንፈር መንከስ
- ሳያስቡ መራመድ፣የት እንዳሉ መርሳት

ባብዛኛው ከ1 እስከ 3 ደቂቃ ይቆያል። ከዛም በማስከተል፣ ግለሰቡ/ቧ ግራ የመጋባት ስሜት ሊኖረው/ሊኖራት ይችላል።

እንዴት መርዳት እንደሚችሉ፡-

1. ከግለሰቡ/ቧ ጋር አብረው ይቆዩ። ለማስቆም አይሞክሩ፣ እስከሚጨርስ ይጠብቁ። ግለሰቡ/ቧ ምን እያደረገ/ች እንደሆነ አያውቅም/አታውቅም፣ ላይሰማዎትም/ላትሰማዎትም ይችላል/ትችላለች።
2. አደገኛ ዕቃዎችን ከመንገድ ያስወግዱ።
3. ግለሰቡን/ቧን ለመያዝ አይሞክሩ።
4. በጥንቃቄ ከአደጋ ያርቁት/ያርቋት ወይም አደገኛ ነገሮችን ይጋርዱ።

5. የነርቭ መታወኩ (ማንቀጥቀጡ) ከለቀቀ በኋላ ግለሰቡን/ቧን ቀስ ብለው ያረጋጉት/ያረጋጓት፣ ግራ ተጋብቶ/ተጋብታ ሊሆን ስለሚችል። ሙሉ ግንዛቤው/ዋ እስከሚመለስ ድረስ አብረውት/ዋት ይቆዩ።

911 የሚደወለው መቼ ነው

- አንቀጥቃጭ በሽታው ከ5 ደቂቃ በላይ ከቆየ
- መንቀጥቀጡ ካለቀ በኋላ ወደ ራስ ካልተመለሱ ወይም መተንፈስ ካቆሙ
- መንቀጥቀጡ ሙሉ ለሙሉ ሳያቆም ሌላ መንቀጥቀጥ ከጀመረ
- የመጀመሪያ መንቀጥቀጥ ከሆነ ወይም ግለሰቡ/ቧ ከተጎዳ/ች ወይም ነፍሰ ጡር ከሆነች ወይም የስኳር በሽታ ካለበት/ካለባት
- መንቀጥቀጡ ውሃ ውስጥ ሳሉ ከተከሰተ

ስለየሚጥል በሽታ ለግንዛቤ ያህል ባጭሩ

1. የሚጥል በሽታ ነርቮችን በማወክ በሰዉነት ላይ ማንቀጥቀጥ፣ መገታተር እና ማርገፍገፍን የሚያስከትል በሽታ ነዉ።
2. የነርቭ መታወኩ ሲከሰት አይን አንድ ቦታ አፍጥጦ ከማየት እስከ ሰዉነት ማንቀጥቀጥ እና ማርገፍገፍ ይደርሳል
3. የሚጥል በሽታ በማንኛውም ዕድሜ ያለ ሰው ላይ ሊከሰት ይችላል
4. የሚጥል በሽታ ከሰዉ ወደ ሰዉ አይተላለፍም
5. የሚጥል በሽታ ያለባቸዉን ሰዎች መረዳት እና ድጋፍ መስጠት በኑሮአቸዉ ላይ አወንታዊ ለዉጥ ሊያመጣ ይችላል።

EPILEPSY Toronto

ኤፕሌፕሲ ቶሮንቶ የሚጥል በሽታ ያለባቸዉ ሰዎች እና ቤተሰቦቻቸዉ ራሳቸዉን ችለዉ የተሻለ ህይወት እንዲመሩ ድጋፍ ይሰጣል።

የምንሰጣቸዉ አገልግሎቶች፡

- መረጃ እና ትምህርት
- ምክር እና ተመሳሳይ ችግር ያለባቸዉ ሰዎች የሚደጋገፉበት ቡድን
- የሥራ ቅጥር አገልግሎት
- የማህበረሰብ አገልግሎት እና ድጋፍ

ስለሚጥል በሽታ በይበልጥ መረጃ ከፈለጉ ልንረዳዎት እንችላለን። ይደውሉልንና ምን ቋንቋ እንደሚናገሩ ይንገሩን። ወይም ለኢትዮጵያዉያን ማኅበር በቶሮንቶና አካባቢዉ በስ.ቁ. 416 694 1522 ይደውሉና ከእኛ ጋር እንዲገናኙ ይረዱዎታል።

Epilepsy Toronto

468 Queen St. East, Suite 210
Toronto, ON M5A 1T7
Phone: 416.964.9095 Fax: 416.964.2492
info@epilepsytoronto.org
www.epilepsytoronto.org

facebook.com/epilepsytoronto @epilepsytoronto

AMHARIC

United Way Member Agency
Charitable No. 107306912RR0001

ስለ የሚጥል በሽታ እንወያይ

ኤፕሌፕስ ቶሮንቶ

EPILEPSY Toronto

www.epilepsytoronto.org