



۳- از رانندگی و کار با شیء پرخطر دوری کنید

۴- با احتیاط ورزش کنند

۵- در حین کار پرخطر با فردی که از بیماریش آگاه است باشید

۶- به دلخواه خود دارو را قطع یا مصرف دارو را زیاد نکنید

۷- اگر بیماری دیگری در کنار تشنج دارید و دارو مصرف می کنید به پزشک خود حتماً اطلاع دهید



۱- اگر داروی فنی توئین مصرف نمی کنید بعد از

هر وعده غذا ماساژ لثه و نخ دندان انجام شود

**تشنج** : یک حمله ناگهانی و غیر قابل کنترل در مغز است که وجود یک بیماری را در مغز هشدار می دهد



۱- بروز حرکات غیرارادی در بعضی یا تمام اندام ها

۲- در برخی موارد کم شدن سطح هوشیاری

۳- بیهوشی موقت

۴- عدم امکان پاسخگویی به سوالات افراد پیرامون خود

۵- عدم شناسایی زمان یا مکان

۶- خیرگی یا چرخیدن چشم ها به یک طرف



۱- داروها را همه جا نزد داشته باشید

۲- از جای پرخطر دوری کنید



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر(عج) اقلید

### بیماران تشنجی

تهیه کننده: زهره سالاری کارشناس پرستاری

بازنگری شده: تابستان ۱۴۰۱

منبع: کتاب پرستاری داخلی - جراحی ۲۰۱۴

شماره سند: ب VAL-ASC-PAM/12/1



۲- برای پیشگیری از بروز تشنج دارو هر روز و طبق دستور مصرف شود

۳- دارو هرگز نباید قطع گردد

۴- زمانی که تشنج شروع شد را ثبت کنید

۵- از خوردن الکل پرهیز کنید چون الکل بر داروی تشنج اثر بدی دارد

### اگر تشنج دارید باید:

۱- آرام بیمار را به یک طرف چرخش دهید و شیء نرمی را زیر سر او قرار دهید و لباس او را شل کنید

۲- انگشت خود را یا هر شیء دیگری را در دهان

بیمار قرار ندهید

۳- سعی بر قطع تشنج بیمار نکنید و بیمار را تکان

ندهید

۴- اشیاء پرخطر را از بیمار دور کنید

۵- اتاق را خالی کنید و از سرو صدا کردن بپرهیزید

۶- پس از تشنج بهتر است فرد دراز بکشد

### تغذیه در بیماران

#### تشنج

بیماران مبتلا به تشنج باید از چاقی و لاغری بیش

از حد خودداری کنند، هم چنین از پرخوری و

مکرر خوری بیش از اندازه و گرسنگی خودداری کرد

و هر سه ساعت یکبار یک وعده غذایی مصرف کند

هم چنین مصرف پروتئین که در غذاهایی مثل تخم

مرغ-مرغ-گوشت وجود دارد برای بیماران تشنجی

مشکلی ندارد. اما مصرف زیاد کربوهیدرات ها که در

تنقلات-شیرینی جات-شکلات ها-مواد غذایی

بسته بندی شده و افزودنی ها وجود دارد منجر به

تشدید حملات تشنجی می شود

### چه وقت به پزشک

#### مراجعه شه؟

۱- اگر حمله بیش تر از ۵ دقیقه باشد

۲- اگر حمله تشنج آهسته بهبود یابد

۳- اگر حمله تشنج دوم سریع بعد از حمله اول روی

دهد

۴- اگر بیمار دیابت دارد یا باردار است

۵- اگر تعداد و شدت حمله تشنج تغییر کرد

۶- اگر قبل از حمله تشنج، سردرد ناگهانی شدید-

ضعف و بی حسی یک طرف بدن- ضعف در بینایی-

گیجی یا مشکل در تعادل یا تکلم روی دهد

### هشدار

\*از نوشیدنی الکل دار-شوک-کافئین-کم خوابی و

مصرف ترامادول پرهیز کنید، چون تشنج را زیادتر

می کند

\*از جا به جا کردن بیمار خودداری کنید مگر اینکه

خطر فوری او را تهدید کند