



تشنج چیست؟

تشنج، تغییر ناگهانی فعالیت حرکتی در فرد است که ناشی از اختلال در فعالیت الکتریکی مغز بوده و در کودکان شایع است. یکی از شایعترین انواع تشنج در کودکان، تشنج ناشی از تب است اما گاهی نیز به علل دیگری مانند مننژیت (التهاب و عفونت پردههای مغزی) ایجاد میشود. یکی از انواع شایع تشنج، تشنج ناشی از تب می باشد که معمولاً پیش آگهی خوبی دارد و بیشتر در کودکان در سن 3 ماه تا 5 سال شایعتر است.

علایم تشنج چیست؟ وقتی کودکی تشنج می کند ممکن است شما هر يك از این علایم را مشاهده کنید

- کودک دچار اختلال هوشیاری شود؛ یعنی اطرافیان را نشناسد و متوجه زمان و مکان نباشد، به صدا زدن شما پاسخ ندهد یا بی هوش روی زمین بیفتد.
- حرکاتی غیر ارادی در اعضای بدن کودک ظاهر شود، این حرکات ممکن است قسمتی از بدن یا تمام اعضا را درگیر کند. ممکن است کودک به شدت دست و پا بزند، روی زمین بیفتد، سر و چشمهای کودک به يك طرف بچرخد یا اینکه فقط يك دست یا يك پای کودک دچار حرکات تکان دهنده شدید شود و این حالت چند ثانیه تا چند دقیقه طول بکشد. معمولاً این حملات کمتر از 01 دقیقه طول می کشند
- ممکن است کودک در زمان حمله، کنترل ادرار یا مدفوع خود را از دست بدهد.
- گاهی کودک به صورت ناگهانی رفتاری غیر عادی نشان می دهد؛ مثلاً بدون آنکه متوجه اطراف باشد، شروع به دویدن می کند
- ممکن است کودک برای چند لحظه به نقطه ای خیره شده و در این مدت متوجه اطراف نباشد.
- حالت تحریک پذیری پس از به دست آوردن هوشیاری، و به دنبال آن خواب به مدت چند ساعت. بعد از تشنج ممکن است کودکان هذیان بگویند - پس از تشنج کودک ممکن است بیقراری کند، هذیان بگوید و یا برای مدتی یا خواب سنگین داشته باشد.

نکات مهم که در حین تشنج بایستی مورد توجه قرار گیرد و به پزشک اطلاع داده شود

سابقه تب یا تشنج در سایر فرزندان و یا والدین مهم است، پس این مطلب را حتماً به پزشک کودک خود بگویید

مدت تشنج: اگر مدت تشنج بیش از 05-01 دقیقه طول بکشد،

تکرار تشنج: اگر تشنج بیش از یکبار در طول مدت 42 ساعت رخ داده باشد،

اگر در حین تشنج، تغییرات در عملکرد سیستم عصبی (مثل خواب آلودگی، فلج اندامها) رخ دهد.

تشنج موضعی: اگر تشنج فقط در يك طرف بدن باشد یا در يك قسمت از بدن (مثال فقط دستها) مهم است.

اقدامات تشخیصی: معمولاً برای بررسی همه جانبه و رد علل دیگر از كودك شما نمونه خون و ادرار گرفته می شود. ممكن است پزشك برای كودك شما مایع مغزی نخاعی را لازم بداند پس با انجام آن موافقت نمایید. این كار جهت تشخیص بیماریهای خطرناك از جمله مننژیت ضروری و در عین حال بی خطر است. ممكن است در مواردی با صلاح دید پزشك از كودك نوار مغزی گرفته شود.

والدین هنگام تشنج كودك چه باید بکنند؟ اگر كودك شما دچار حملات تشنج گردید به این نکات دقت کنید :

- مهم تر از همه اینست که خونسردی و آرامش خود را حفظ نمایید و مضطرب و نگران نشوید .
- كودك را به صورت خوابیده به پهلو قرار دهید به گونه ای که سر هم سطح و یا پایین تر از تنه باشد تا ترشحات از دهانش خارج شود. ضمناً این وضعیت مانع از وارد شدن ترشحات به ریه به خصوص هنگام استفراغ می شود.
- به هیچ عنوان كودك را محكم نگه ندارید و دهان كودك را نیوشانید .
- هیچ وقت سعی نکنید به زور و با اعمال فشار، دهان كودك را باز کنید زیرا ممكن است سبب آسیب شود
- اطراف كودك را خلوت کنید و لباسهای تنگ یا زیور آلت را از گردن او باز کنید تا راحت تر نفس بکشد.
- در صورت در دسترس بودن اكسیژن، با لوله بینی به او بدهید در غیر اینصورت كودك را در فضای باز قرار دهید تا راحتتر نفس بکشد.
- هیچ قسمت از بدن كودك را نکشید و صاف نکنید .
- در صورت داشتن عینك آنرا خارج کنید
- از دادن هر گونه مواد غذایی و آب به كودك خودداری کنید .
- سیلی زدن، نیشگون گرفتن و یا هر تحریکی برای توقف تشنج، توصیه نمی شود.
- گرفتن شیرخوار زیر شیر آب سرد ممنوع است.
- به فرم تشنج و مدت زمان تشنج، توجه نمایید .
- سریعاً او را به بیمارستان برسانید.

احتیاطات (نكات قابل توجه)

پس از ترخیص از بیمارستان

- اگر دارویی برای كودكتان تجویز شده است به منظور پیشگیری از تکرار تشنج آن را همیشه و به موقع مصرف کنید
- كودك شما تا زمانی که پزشك دستور دهد باید داروی ضد تشنج مصرف کند.
- جهت بررسی اثربخشی و عوارض دارو با پزشك در ارتباط باشید
- در مورد استفاده از داروهای ضد تشنج مانند دیازپام قبل از ترخیص، از پزشك كودكتان يك دستورالعمل بگیرید و مطمئن شوید روش استفاده از آن را به خوبی فرا گرفته اید.
- فراموش نکنید داروی كودك را در مهمانی یا مسافرت به همراه داشته باشید
- هیچگاه مقدار دارو را کاهش ندهید و یا خودسرانه دارو را به طور ناگهانی قطع ننمایید چون سبب تکرار تشنج می شود.
- لازم است توجه داشته باشید که
- جهت کنترل تشنج ممكن است پزشك برای كودك شما داروهای ضد تشنج مانند دیازپام، فنی توئین، فنوباریتال و یا سدیم والپروات و را تجویز کند که ممكن است سبب خواب آلودگی كودك شوند.
- كودكی که فنوباریتال و فنی توئین استفاده می کنند، لازم است ویتامین دی و اسید فوليك دریافت کنند.
- كودكان مبتلا به حملات تشنج باید همواره مراقبت شوند بدون آنکه فعالیت جسمی ایشان محدود شود. در زمان انجام کارهای حساس مثل شنا یا استحمام از نزدیک مراقب كودكتان باشید.
- حتماً "كودكان مستعد تشنج ممكن است با يك تب خفیف، فشار روحی، خستگی یا مصرف بعضی داروها، دچار كودكتان را از این نظر محافظت تشنج شوند حتماً " کنید.

چگونه از تکرار تشنج پیشگیری کنیم؟

- عدم تماس با عوامل عفونی تب زا: پس حتی المقدور کودک خود را به محیط های شلوغ و پر جمعیت و نیز مکانهای آلوده نبرید
- هر گاه کودک شما به علت سرماخوردگی یا عفونت دیگری دچار تب شدید شد، حتما با انجام پاشویه با آب ولرم و استفاده منظم از داروی ضد تب ، (استامینوفن) تب کودک را کاهش دهید
- ممکن است تشنج با درجات کم تب هم بروز کند بنابراین با توجه به درجه تب نمی توان در مورد احتمال بروز تشنج، پیشگویی نمود
- واکسیناسیون کودک شما همانند سایر کودکان است، فقط باید به تب پس از آن توجه نمایید.
- اگر پس از واکسیناسیون کودک دچار تب و تشنج شده است، در مورد ادامه واکسیناسیون و نوع آن با پزشک مشورت نمایید.

واحد آموزش همگانی و خود مراقبتی بیمارستان امام خمینی بروجرد