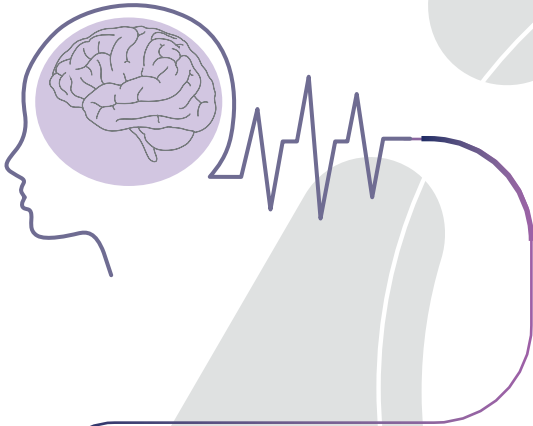


کمک های اولیه در هنگام حمله های تشنجی



صرع یک بیماری مزمن است که در نتیجه اختلال در سیستم اعصاب مرکزی به وجود می آید. به عبارت دیگر فعالیت سلول های مغزی بیشتر از حد طبیعی شده و منجر به تشنج های تکرار شونده می گردد.

در مواجهه با فردی که دچار حمله‌ی تشنجی شده است:



۱
خونسردی خود را حفظ کنید. اگر فرد با صورت روی زمین است و چیزی در دهان خود دارد سریعاً او را به پهلو بخوابانید و اجسام پر خطر را از اطراف وی جمع‌آوری کنید تا خطر مصدوم شدن بیمار را تهدید نکند.

۲
بیمار را جابجا نکنید و بهتر است جسم نرمی را زیر سر فرد قرار دهید.





در صورت امکان لباس های تنگ فرد را از دور گردن او باز کنید تا بتواند راحت تر نفس بکشد.

۳



هرگز در حین حمله یا بلافاصله پس از اتمام حمله به بیمار آب، نوشیدنی و حتی داروهای بیمار را ندهید.

۴



به هیچ عنوان نباید سعی کنید چیزی بین دندان های بیمار قرار دهید، زیرا این اقدام خطرناک بوده و می تواند صدمه قابل ملاحظه ای به دندان های بیمار یا دست خودتان وارد کند.

۵



تنفس دهان به دهان برای بیمار انجام ندهید
مگر در موارد نادر مانند ایست تنفسی متعاقب
تشنج که می توان این کار را انجام داد.

● سعی نکنید بیمار را محکم نگه دارید و یا جلوی حرکات
● غیر ارادی او را بگیرید، زیرا اینکار ممکن است موجب
ایجاد آسیب به اندام های در حال تشنج گردد.
● از سیلی زدن، آب پاشیدن و فشار به قفسه سینه بیمار
خودداری کنید.
● در صورت امکان مدت زمان حمله را ثبت کنیم.
● پس از اتمام حمله، بیمار نیاز به استراحت دارد پس تا
زمانی که کنار بیمار هستید سعی نکنید او را از خواب
بیدار کنید.





در موارد زیر باید با اورژانس تماس بگیریم:

- فرد دچار آسیب شده باشد.
- غذا و یا استفراغ در دهان فرد مشاهده شود.
- بعد از تمام شدن حمله، تنفس بیمار دچار مشکل شده باشد.
- فرد مجددا دچار حمله تشنجی شود.
- حمله بیش از پنج دقیقه به طول بیانجامد.
- بعد از حمله فرد نتواند حرکت کند.

آگاهی ما از این نکات و به اشتراک گذاشتن آن با دیگران کمک می کند اقدامات صحیح و به موقع را به کار ببریم و بتوانیم از برخی اتفاقات جلوگیری کنیم.



خبر خوب این است که **۷۰٪** مبتلایان به صرع با استفاده از **داروهای مناسب با دوز صحیح، خواب کافی و مدیریت استرس** می‌توانند میزان تشنج‌های خود را به صفر برسانند و یک زندگی با کیفیت بهتر را تجربه کنند.

۷۰٪

References:

1. <https://www.who.int/>
2. <https://www.cdc.gov/>
3. <https://www.medicines.org.uk/emc/product/2293/pil/>

