



موضوع:

صرع

تهیه و تدوین:

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی شهرکرد





پمفلت آموزش سلامتی و پیشگیری بالینی

عنوان آموزشی:

صرع

Epilepsy

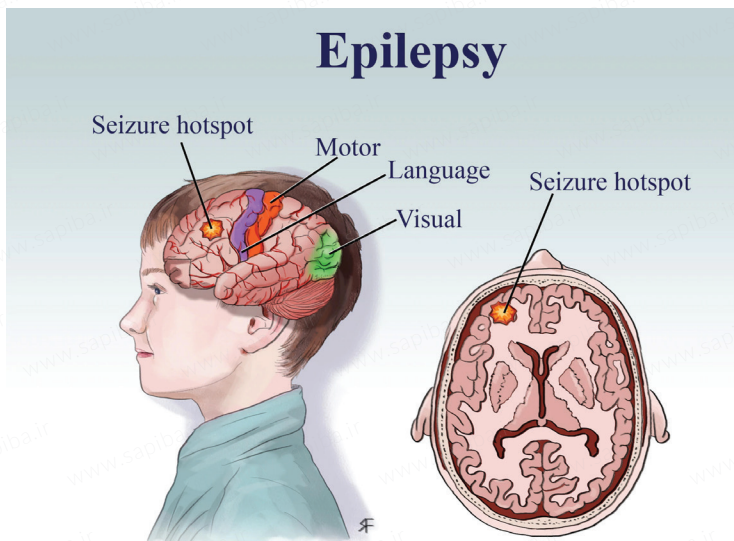




صرع چیست؟

صرع یک مشکل مغزی است. فعالیت الکتریکی مغز در افراد مبتلا به صرع غیر طبیعی است و باعث ایجاد تشنج می‌شود. انواع مختلفی از تشنج وجود دارد. در برخی از موارد، تشنج می‌تواند موجب لرزش، حرکات کنترل نشده و کاهش هوشیاری شود.

در موارد دیگر، تشنج تنها گیجی، خیرگی و یا گرفتگی عضلانی ایجاد می‌کند. صرع در واقع نوعی اختلال تشنجی است. صرع یک بیماری روانی و یا نشانه‌ای از هوش پایین نیست. این بیماری مسری نیست؛ به طور معمول موجب آسیب مغزی نیز نمی‌شود. در فواصل بین تشنجه‌ها، فرد مبتلا به صرع، تفاوتی با سایر افراد ندارد.





علائم صرع

علامت اولیه صرع، تشنج است اما یک تشنج ساده به معنی صرع نیست.

افراد مبتلا به صرع، دچار تشنجهای مکرر می‌شوند. انواع مختلفی از تشنج وجود دارد و هر کدام می‌تواند علائم مختلفی ایجاد کند.

برخی از انواع رایج تشنج عبارتند از:

◀ تشنج تونیک - کلونیک ژنرالیزه (گرنل مال):

این نوع تشنج، تمام مغز را تحت تاثیر قرار می‌دهد. در مدت تشنج، عضلات بدن سفت می‌شوند و سپس اندام‌ها می‌لرزند و به اطراف پرتاب می‌شوند.

پافراد مبتلا به این تشنج معمولاً دچار از دست دادن هوشیاری (غش) می‌شوند. بیمار ممکن است فک‌های خود را روی هم بفشارد، زبان یا لب خود را گاز بگیرد و یا کنترل بر مثانه خود را از دست بدهد.

◀ تشنج مخفی یا ابسنس (پتیت مال):

این نوع تشنج نیز تمام مغز را تحت تاثیر قرار می‌دهد اما معمولاً تنها برای چند ثانیه طول می‌کشد.

در مدت تشنج، بیمار ممکن است دچار خیرگی، عدم آگاهی از اطراف خود، توقف ناگهانی تکلم یا حرکت و یا تغییرات جزئی در حرکات عضلات بدن، شود.

◀ تشنج فوکال یا پارشیال:

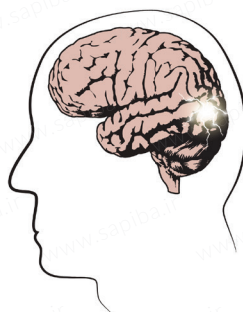
این نوع تشنج تنها بخش خاصی از مغز را تحت تاثیر قرار می‌دهد؛ در نتیجه علائم بیماری بر اساس اینکه محل شروع تشنج کدام قسمت از مغز است، تفاوت می‌کند. برای مثال، یک تشنج فوکال می‌تواند موجب تغییر در احساسات یا عواطف شود. این تغییرات می‌توانند شامل توهم، بی‌حسی، سوزن سوزن شدن، سایر تغییرات در بینایی، چشایی، بویایی، لامسه و شنوایی شوند.

این نوع تشنج می‌تواند موجب انقباضات عضلانی (برای مثال ایجاد حرکات غیر معمول در سر یا حرکت لرزش و تکان خوردن در بازو یا پا) و یا خیرگی همراه با حرکت غیر عادی مکرر (شامل حرکات دهان یا لب‌ها، جویدن یا حرکات دست) نیز شود.

Generalized



Focal



قبل از شروع تشنج، برخی از افراد سرگیجه یا تغییراتی در احساسات خود را تجربه می‌کنند.

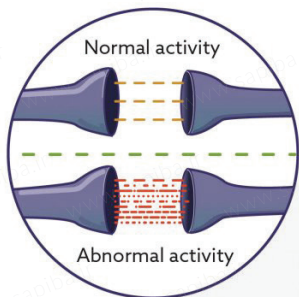


همچنین ممکن است دچار تغییراتی در بینایی (توهمات بینایی)، بویایی (احساس بویی که وجود ندارد) و یا لامسه (بی‌حسی یا سوزن سوزن شدن) شوند. به رخ دادن این اتفاقات قبل از تشنج، اورا گفته می‌شود. آگاهی نسبت به اوراها به فرد کمک می‌کند تا نسبت به تشنج قریب‌الوقوع هوشیار باشد.

چه زمانی باید با پزشک خود ارتباط برقرار کنم؟

- در موارد زیر به پزشک خود مراجعه کنید یا با او تماس بگیرید:
 - اگر تشنج شما برای بیش از ۵ دقیقه ادامه یافته است.
 - در جریان تشنج به خود آسیب رسانده‌اید.
 - احساسات و درک شما در طول تشنج و بعد از آن، با قبل متفاوت شده است.
 - بهبودی پس از تشنج در شما نسبت به حالت معمول قبلی، طولانی‌تر شده است.
 - تشنج‌هایتان شدیدتر شده یا با تناوب بیشتری رخ می‌دهد.
 - پس از یک تشنج، تشنج دیگری فوراً رخ دهد.
 - باردار هستید.
 - مبتلا به دیابت هستید.
 - به طور ناگهانی دچار سردرد، بی‌حسی یا ضعف در یک نیمه از بدنتان و یا مشکلات بینایی یا اختلال تکلم بلافاصله قبل از تشنج شده‌اید.
- این موارد می‌توانند نشانه‌ای از سکتة مغزی باشند.

صرع چگونه به وجود می‌آید؟



Motor cortex
of the brain



علت ایجاد صرع همیشه برای پزشکان مشخص نمی‌شود. برخی از مواردی که می‌تواند خطر ابتلا به صرع را افزایش دهد، عبارتست از:

ژنتیک: افرادی که یکی از والدین یا خواهر و برادر آنها مبتلا به صرع هستند، در معرض خطر بالاتری برای ابتلا به این بیماری قرار دارند.

ضربه به سر: آسیب‌های جدی به سر می‌تواند حتی در موارد سال‌ها پس از آسیب، موجب صرع شود.

عفونت‌ها: برخی از عفونت‌ها مانند مننژیت، انسفالیت و AIDS می‌توانند خطر صرع را افزایش دهند.

برخی بیماری‌ها: بیماری‌های دیگری مانند آلزایمر، سکته مغزی، تومور مغزی و یا مشکلات عروق مغزی می‌توانند خطر ابتلا به صرع را افزایش دهند.

مشکلات دوره جنینی، تولد و یا نوزادی: در برخی موارد، عفونت‌های دوره بارداری، مشکلات هنگام تولد، نقائص مغزی مادرزادی و یا آسیب به مغز نوزاد می‌تواند موجب صرع شود.

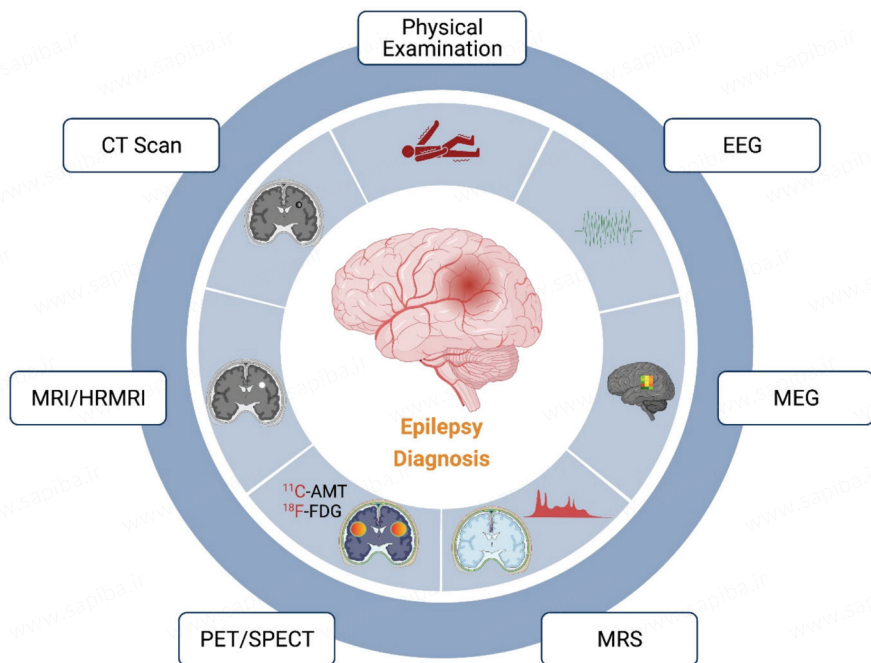


صرع چگونه تشخیص داده می‌شود؟

برای تشخیص صرع، پزشک به بررسی شرح حال بالینی و معاینه عصبی شما می‌پردازد.

همچنین ممکن است پزشک درخواست آزمایش خون داشته باشد یا تقاضای نوار مغز (EEG)، سی‌تی‌اسکن و یا MRI کند.

این آزمایشات به پزشک کمک می‌کند تا فعالیت مغز را مشاهده کند و مغز را از جهت مشکلاتی مانند خونریزی یا تومور بررسی کند.





آیا صرع قابل پیشگیری است؟

علت صرع همیشه برای پزشکان مشخص نمی‌شود. به نظر می‌رسد که بیماری در برخی خانواده‌ها بیشتر دیده می‌شود. در این موارد، به نظر نمی‌رسد که بتوان از صرع پیشگیری کرد. از طرف دیگر ممکن است صرع برای مثال به دنبال یک ضربه به سر ایجاد شود. در این موارد، طبیعتاً پیشگیری از آسیب به سر، از ابتلا به صرع پیشگیری می‌کند.



درمان صرع

صرع معمولاً با داروها درمان می‌شود. اگر مصرف دارو به کنترل تشنجه‌ها کمک نکند، ممکن است پزشک توصیه به جراحی یا سایر درمان کند. اگر پزشک علت مشخص صرع بیمار را بداند، ممکن است بتوان با درمان علت زمینه‌ای، صرع را متوقف کرد. نکاتی که لازم است در رابطه با داروهای ضد صرع بدانید: به داروهایی که به جلوگیری از ایجاد تشنج کمک می‌کنند، داروهای ضد تشنج و یا ضد صرع گفته می‌شود.



پزشک بر اساس نوع تشنج بیمار، فاصله بین تشنج‌ها، سن بیمار و وضعیت کلی سلامتی او، داروی مناسبی را برای او در نظر می‌گیرد. پس از آنکه شروع به مصرف دارو می‌کنید، پزشک شما را به دقت زیر نظر می‌گیرد تا از چگونگی اثربخشی دارو مطلع شود.

همچنین پزشک به بررسی عوارض جانبی دارو می‌پردازد تا مطمئن شود که دوز مصرفی دارو برای شما مناسب است.

عوارض جانبی داروهای ضد تشنج عبارتند از:

خستگی، گیجی، ضایعات پوستی، اختلالات حافظه، هماهنگی حرکات بدن و تکلم. در صورت مشاهده عوارض جانبی شامل افسردگی، افکار خودکشی و ضایعات پوستی شدید هنگام استفاده از دارو، فوراً به پزشک خود مراجعه کنید.

برای اینکه درمان دارویی اثربخشی بهتری داشته باشد، از دستورالعمل‌های پزشک خود در مورد مصرف دارو پیروی کنید. بدون مشورت و اجازه پزشک، مصرف داروی خود را قطع نکنید. از پزشک بپرسید که در صورت مصرف نکردن یک نوبت از داروها، چه اقدامی باید انجام دهید.

هرگز دوز بیش از حدی از دارو را، حتی اگر تصور می‌کنید که قرار است تشنج کنید، مصرف نکنید.

قبل از شروع هر نوع داروی جدید دیگری حتی ویتامین‌ها و مکمل‌ها، با پزشک خود مشورت کنید.



در صورت ابتلا به صرع باید از مصرف الکل اجتناب کنید. الکل هم می‌تواند ایجاد تشنج را تسهیل کند و هم روی چگونگی عملکرد داروهای ضد تشنج اثر بگذارد. برخی از داروها نیز ممکن است اثرات مشابه الکل داشته باشند در نتیجه لازم است قبل از شروع هرگونه دارو با پزشک خود مشورت کنید.



برای برخی از بیماران مبتلا به صرع ممکن است شرایطی به وجود آید که در نهایت بتوانند داروی خود را قطع کنند. البته، گرفتن این تصمیم فقط بر عهده پزشک است. قبل از آنکه شما و پزشکتان تصمیم به قطع دارو بگیرید، سوالات متعددی باید مد نظر قرار گیرد. یکی از سوالات این است که تشنج‌های شما چقدر سریع تحت کنترل درآمده است؟ چه مدت است که دچار تشنج نشده‌اید؟ و آیا بیماری دیگری نیز دارید که روی این مشکل شما اثرگذار باشد یا خیر؟



درمان جراحی و سایر درمان‌ها

جراحی معمولاً زمانی انجام می‌شود که مشخص شود کانون تشنج نقطه خاصی از مغز است که با عملکردهای مهم بدن مانند تکلم، زبان و شنیدن تداخلی ندارد.

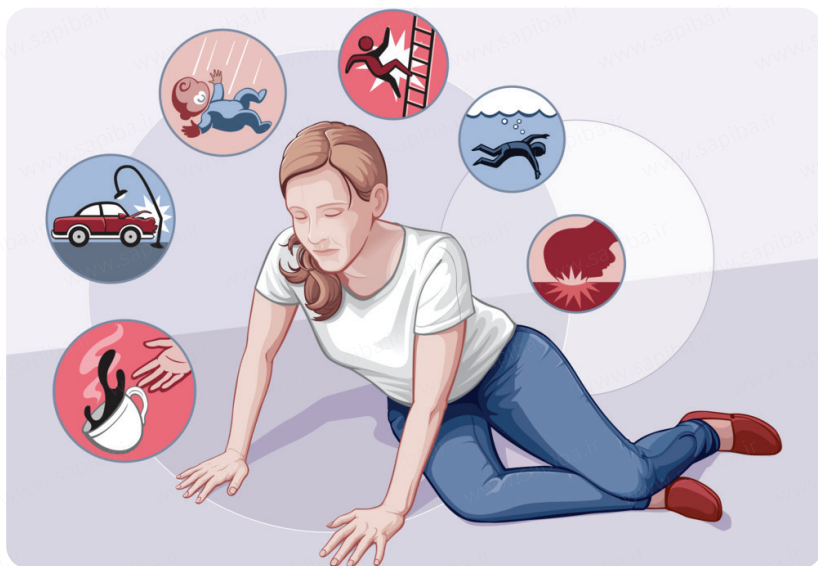
در موارد دیگری از تشنج‌های مقاوم به درمان دارویی، پزشک ممکن است توصیه به انجام نوعی درمان به نام تحریک عصب واگ بگیرد. انجام این روش نیاز به کارگذاری یک ابزار کوچک زیر پوست قفسه سینه می‌باشد.

این ابزار، پالس‌های الکتریکی به عصب واگ (زوج دهم از اعصاب دوازده گانه مغزی) در گردن بیمار وارد می‌کند.



نوع دیگری از درمان صرع خصوصاً در کودکان استفاده از رژیم‌های غذایی خاصی است که چربی بیشتر و کربوهیدرات کمتری دارند. به این رژیم غذایی، رژیم کتوژنیک گفته می‌شود. این درمان باید به وسیله پزشک تجویز و پیگیری شود.

با وجود این همه گزینه درمانی، با پزشک خود همکاری کنید تا بهترین گزینه درمانی برای شما تعیین شود.



اقداماتی که باید هنگام مواجهه با فرد دچار تشنج انجام دهیم:

اگر خود شما مبتلا به صرع هستید، شاید لازم باشد تا اطلاعات زیر را با خانواده، دوستان یا همکاران خود در میان بگذارید. اگر فردی در نزدیکی شما دچار تشنج شد، از توصیه‌های عمومی زیر پیروی کنید:

- ❖ آرامش خود را حفظ کنید.
- ❖ بیمار را به محل دیگری جابجا نکنید.
- ❖ جلوی حرکات و لرزش‌های بیمار را نگیرید.
- ❖ با ضربه زدن یا تکان دادن، تلاش برای هوشیار کردن بیمار نکنید.
- ❖ موارد آسیب‌زا را اگر ممکن است بیمار روی آنها بیوفتد یا با آنها برخورد کند را از محل دور کنید.



◀ بیمار را به آرامی به یکی از پهلوهایش بچرخانید تا اگر مایعاتی در دهانش هست، بدون ایجاد مشکل از دهانش خارج شود.

◀ دهان بیمار را به زور باز نکنید و یا چیزی درون دهانش قرار ندهید.

◀ یک جسم نرم مانند بالش زیر سر بیمار قرار دهید.



اکثر تشنج‌ها تهدیدکننده حیات نیستند، در نتیجه نیازی به مراجعه به پزشک یا تماس با مرکز اورژانس ندارند؛ مگر آنکه قبلاً برای فرد تشخیص صرع گذاشته نشده و یا تشنج او برای بیش از ۵ دقیقه ادامه یافته باشد.

پس از اتمام تشنج بیمار را از جهت علائم گیجی و کاهش هوشیاری رصد کنید.

اگر خود بیمار تمایل دارد، بگذارید بخوابد یا استراحت کند.



زندگی با صرع

اینکه نمی‌دانید کی و کجا ممکن است تشنج به سراغ شما بیاید، می‌تواند موجب نگرانی و اضطراب شود و این اضطراب می‌تواند باعث ایجاد افسردگی شود. حتی این وضعیت خود می‌تواند شروع کننده اضطراب‌های بیشتری باشد.



برای کمک به غلبه بر این وضعیت، با پزشک خود صحبت کنید. پزشک ممکن است برای کاهش اضطراب شما، دارویی تجویز یا درمانی توصیه کند و یا درمان گروهی پیشنهاد دهد. ممکن است برای یافتن راهی برای مدیریت غلبه بر ترس خود از تشنج، نیاز به کمک داشته باشید.

صرع همچنین ممکن است خطر آسیب‌ها یا یک سری از مشکلات دیگر را در شما افزایش دهد. در مورد هر یک از نگرانی‌های موجود از جمله موارد زیر، با پزشک خود صحبت کنید:



عوارض بارداری: تشنج کنترل نشده می‌تواند روی جنین اثر منفی بگذارد. داروهای ضد صرع نیز می‌توانند عوارض سوئی داشته باشند. تصمیم برای استفاده از داروی ضد صرع در بارداری باید به وسیله شما و پزشکتان، پس از بررسی فواید و خطرات آن گرفته شود.

آسیب‌ها: ممکن است طی تشنج به خودتان آسیب بزنید. تشنج همچنین می‌تواند موجب سقوط، غرق شدن هنگام شنا یا دروان حمام یا تصادف رانندگی شود. قوانین مربوط به رانندگی برای افراد مبتلا به صرع ممکن است متفاوت باشد. در مورد قوانین مرتبط با رانندگی همزمان با ابتلا به صرع اطمینان حاصل کنید.

مشکلات احساسی: افراد مبتلا به صرع با احتمال بیشتری دچار افسردگی، اختلالات خلق و افکار خودکشی می‌شوند. اگر احساس می‌کنید که افسرده هستید یا افکار آسیب رساندن به خود دارید، حتماً با پزشک خود مشورت کنید.

مرگ ناگهانی غیرمنتظره در صرع (SUDEP): افراد مبتلا به صرع، خصوصاً آنهایی که دچار تشنج‌های متناوب هستند و به درمان دارویی پاسخ نمی‌دهند، در معرض خطر کوچکی برای مرگ غیرمنتظره قرار دارند. پزشکان نمی‌دانند که این اتفاق دقیقاً چرخ می‌دهد. به نظر می‌رسد که علت آن مشکلات مرتبط با قلب یا تنفس باشد.



سوالاتی که باید از پزشک خود بپرسید

علت ایجاد صرع چیست؟
علائم صرع غیر از تشنج، چیست؟
هنگامی که کودک من دچار تشنج می‌شود، چه باید بکنم؟
چه نوع دارویی برای درمان صرع استفاده می‌شود؟
این داروها عوارض جانبی نیز دارند؟
من مبتلا به صرع هستم، آیا کودکان من نیز در معرض ابتلا به
این بیماری هستند؟
آیا یک گروه حمایتی برای کمک به افراد مبتلا به صرع پیشنهاد
می‌کنید؟
آیا صرع قابل پیشگیری است؟
