

## تشنج چیست؟

اولین سوالی که باید پاسخ داده شود این است که تشنج چیست؟ باید بدانید که تشنج عبارت است از یک دوره ی گذرای سفتی و گرفتگی غیرارادی عضلات که با تغییر سطح هوشیاری همراه است. این گرفتگی های عضلانی باعث ایجاد حرکات نامنظم می شوند که عموماً یک تا دو دقیقه طول می کشند.

اکنون که می دانید تشنج چیست؟ جالب است بدانید که تشنج می تواند در انواع خاصی از صرع ها نیز اتفاق بیافتد. اما داشتن تشنج الزاماً به این معنا نیست که فرد مبتلا به صرع نیز شده است. تشنج می تواند در شرایط خاصی نظیر تب بسیار بالا، تتانی و یا افت شدید قند خون نیز بوجود بیاید. در این مطلب اطلاعات جامعی در مورد این که تشنج چیست؟ و چه علائمی دارد را با شما عزیزان به اشتراک می گذاریم.

## علت تشنج چیست؟

در تشنج یک سری فعالیت های الکتریکی انفجاری در مغز به وقوع می پیوندند. انواع مختلفی از تشنج ها وجود دارند و علائم

هر یک به محل وقوع آنها در مغز بستگی دارد. این طوفان های الکتریکی مغزی ممکن است در اثر بیماری ، واکنش به داروهای خاص و یا دیگر بیماری ها بوجود بیایند. گاهی مواقع نیز علت تشنج ناشناخته است. اگر تشنج را تجربه کرده اید الزاماً به این معنا نیست که به صرع مبتلا هستید اما احتمال وجود آن نیز کاملاً از بین نمی رود. صرع یک وضعیت عصبی مزمن می باشد در حالی که تشنج به صورت حاد و در پاسخ به یک واقعه ی پزشکی منفرد و یا در اثر یک بیماری خاص رخ می دهد.

چه شرایطی باعث بروز تشنج می شوند؟

برخی از شرایط هستند که بستری مناسب را برای بروز تشنج فراهم می کنند. در ادامه به بررسی این موارد می پردازیم:

تب (تشنج همراه با تب)

تشنج ناشی از تب را تشنج تب دار می گویند. این نوع تشنج معمولاً در نوزادان و کودکانی اتفاق می افتد که دمای بدن آنها به طور ناگهانی افزایش پیدا کرده باشد. تغییر دما می تواند به حدی سریع باشد که والدین تا زمان وقوع تشنج متوجه وجود تب نشوند.

صرع

صرع یک بیماری مزمن عصبی است که باعث بروز تشنج های عود کننده به دلایلی متفاوت از دلایل شناخته شده می شود. انواع مختلفی از صرع وجود دارند اما صرع تونیک – کلونیک که تحت عنوان حمله صرع بزرگ نیز شناخته می شود، شایع ترین

صرع ایجاد کننده تشنج می باشد. نکته ای که باید به آن توجه کرد این است که تشنجی که با تب همراه است، احتمال ابتلا به صرع را افزایش نمی دهد. برخی شرایط دیگر که می توانند باعث تشنج یا صرع همراه با تشنج شوند عبارتند از:

- تومور مغزی
- آریتمی قلبی
- اکلامپسی
- افت قند خون (هایپوگلیسمی)
- هاری
- افت ناگهانی فشار خون
- تتانی
- اورمی
- سکتة مغزی
- عفونت مغز یا نخاع
- مشکلات قلبی

توجه کنید که صرع های همراه با تشنج نیز می توانند در پاسخ به داروهای خاص یا مصرف الکل و مواد مخدر بوجود بیایند.

## پرستاری از بیمار تشنجی در مقابل آسیب ها:

یکی از نکات مهم مراقبت پرستاری بیمار تشنجی محافظت کردن از فرد بیمار در مقابل آسیب ها می باشد که بنا بر توصیه مراقب حتماً باید نکات زیر را برای ایمنی بیمار رعایت نماید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اهواز

مدرسه بهداشت و درمان شهرستان مازندران

مدرسه بهداشت و درمان شهرستان مازندران (ع)

| شناسنامه پمفلت آموزشی |                      |
|-----------------------|----------------------|
| موضوع                 | تشنج                 |
| تهیه کننده            | واحد ارتقا سلامت     |
| بازنگری               | ۱۴۰۳                 |
| شماره تماس            | ۴۴۲۱۰۹۲۲ - داخلی ۱۷۰ |

## خودمراقبتی در تشنج



- اگر دیدید بیمار در حال افتادن است به او کمک کنید تا بدون خطر و با شدت کم به زمین بیفتد.
- اطراف بیمار را سعی کنید خلوت کنید و از دیگران که نظاره گر هستند بخواهید که اطراف بیمار را ترک کنند.
- دکمه های لباس فرد را باز کنید تا بتواند راحت نفس بکشد.
- سر بیمار را روی یک بالشک نرم یا روی ران خود بگذارید
- پاهای بیمار را بگیرید و بگذارید حرکت آزادانه داشته باشد
- یک دست خود را زیر سر بیمار و کف دست دیگر را به آرامی و بدون فشار روی چشمان فرد بگذارید تا نور به چشمان فرد نخورد.
- به هیچ وجه آب یا مواد غذایی یا دارو در دهان فرد بیمار نگذارید.
- در صورتی که بیهوشی بیش از ۱۰ دقیقه و تشنج بیش از ۵ دقیقه طول کشید با اورژانس تماس بگیرید.
- سعی نکنید به فک بیمار فشار بیاورید و دهان آنرا باز کنید چون احتمال شکستن دندان و آسیب رسیدن به زبان و لب وجود دارد.
- در صورت امکان بیمار را به پهلو خوابانده و سر او را کمی به جلو خم کنید تا ترشحات دهانی به راحتی تخلیه شود