

## خود مراقبتی در زمان تشنج:

۱. جلوگیری از یبوست، چاقی و استرس
۲. تب ممکن است از محرک های تشنج باشد، بنابراین باید آن را کنترل کرد و اگر بیمار تحت درمان با آنتی بیوتیک بود باید تداخل آن را با داروهای ضد تشنج بررسی کرد.
۳. از حمام با کف پوش ضد ضربه و بدون وان استفاده کرد.
۴. به بیمار تاکید شود که جهت بهداشت دهان و دندان به صورت دوره ای به دندانپزشک مراجعه کند که این امر عامل مهمی در پیشگیری از خطر ژنژیویت ناشی از مصرف برخی از داروهای ضد تشنج است.

۵. رعایت رژیم غذایی خاص طبق دستور متخصص تغذیه.
۶. قهوه و نوشیدنی های حاوی کافئین در حد اعتدال مصرف شود.
۷. مصرف مایعات کافی.
۸. پرهیز از نوشیدن الکل.
۹. تشویق به انجام ورزش و حرکات روزمره و از انجام ورزش هایی مثل شنا، صخره نوردی و رالی و... که احتمال خطر دارد پرهیز کند.



به نام خدا

## تشنج در کودکان



آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش: آذر ۹۸



## تشنج چیست؟

یک حمله ناگهانی و غیرقابل کنترل در فرد است که اکثر حملات از ۳۰ ثانیه تا دو دقیقه طول می کشد.

## علائم تشنج چیست؟

- آپنه های مکرر
- حرکت بازوها مثل شنا کردن
- حرکت پاها مثل دوچرخه سواری و پدال زدن
- پلک زدن مکرر
- خیرگی و...

## فرق تشنج با لرزش چیست؟

۱. حرکات چشمی مشابه آنچه در تشنج دیده می شود در لرزش وجود ندارد.

۲. تشنج کلونیک است و با خم کردن عضو مبتلا قطع نمی شود.

۱. لرزش نسبت به محرک بسیار

حساس است اما تشنج این گونه نیست.

## مراقبت پرستاری در تشنج:

- بررسی و ثبت کلیه حرکات تشنج
- بررسی زمان و طول مدت و تناوب تشنج
- بررسی سطح هوشیاری
- بررسی حرکات از نظر یک طرفه یا دو طرفه بودن
- بررسی حرکات از نظر تونیک، کلونیک یا دیس تونیک بودن
- بررسی چشم از نظر انحراف چشم و سائز مردمک و تقارن و واکنش به نور
- تغییرات پوست از نظر رنگ و درجه حرارت

• بررسی و ثبت بازگشت

هوشیاری

• بررسی حالات جسمی و روحی

بیمار از نظر بی قراری، خنده،

گریه و هیجان زدگی

اقدامات پرستاری در زمان تشنج:

۱. اگر تشنج بیش از دو دقیقه طول

کشید حتما به پزشک اطلاع

بدهیم.

۲. در صورت نیاز از airway

استفاده کنیم.

۳. از حرکات حین تشنج جلوگیری

نشود.

۴. ثبت و بررسی وضعیت بیمار از

شروع تشنج و توقف تا زمان

هوشیاری.