

**علل تاثیرگذار دیگری در تشنج نیر وجود دارد که،**

**شامل موارد زیر است:**

- استفاده از مواد مخدر
- تماس با مواد سمی
- عفونت‌هایی مانند مننژیت، آبسه مغزی یا آنسفالیت
- اختلالات متابولیکی اعم از هیپوکسی، هیپوکلسمی و هیپوگلیسمی
- ناهنجاری‌های رشدی، عصبی و عروقی مانند صدمات هنگام تولد یا اختلالات مادرزادی

**جالب است بدانید در هفتاد درصد مواردی که فرد**

**دچار تشنج می‌شود، هیچ علتی برای آن پیدا نمی‌شود.**

**به این نوع از تشنج‌ها، تشنج ایدیوپاتیک گفته می‌شود.**

## علائم تشنج

تشنج جزئی یا عمومی به‌صورت جداگانه یا دنبال هم رخ می‌دهند. علائم تشنج از دقایقی پیش از حمله شروع شده و ممکن است تا دقایقی بعد از آن ادامه داشته باشد. علائم تشنج جز مواردی است که یک همراه بیمار در بیمارستان تشنجی باید از آن‌ها آگاهی داشته باشد.



- تشنج از بیماری‌های غیرارادی و غیر قابل کنترل است که فرد هیچ اختیاری روی آن ندارد و مراقبت و اقدامات پرستاری در تشنج بسیار مهم می‌باشد. در تشنج نشانه‌ای از بیماری‌های زمینه‌ای وجود دارد. معمولاً وراثت یا آسیب‌های مغزی باعث بروز این بیماری می‌شوند. حملات تشنج در اثر خستگی، استرس، تنش‌های روانی یا ضربه به سر و غیره ایجاد شده و در بیشتر موارد قابل پیشگیری نیستند. در این بیماری فرد علائم مختلفی نشان می‌دهد. از جمله آن می‌توان به لرزش بدن، سفت شدن بدن، کف کردن دهان، دندان قروچه و غیره اشاره کرد.

## عواملی که باعث تشنج می‌شود:

تشنج به‌خاطر بروز یک سری فعالیت‌های الکتریکی انفجاری در مغز ایجاد می‌شود. تشنج شامل انواع مختلفی است که علائم آن‌ها در مغز مشخص می‌شوند. زمینه بروز تشنج متفاوت است و ممکن است به‌خاطر بیماری، واکنش به داروهای خاص یا دیگر بیماری‌ها ایجاد شوند. حضور یک پرستار بیمار تشنجی برای تشخیص علت عارضه و کمک به درمان آن، مفید خواهد بود.

در برخی مواقع نیز علت تشنج مشخص نیست و ابتلا به تشنج به‌معنی ابتلا قطعی به صرع نیست؛ اما احتمال بروز آن هم کاملاً از بین نمی‌رود. معمولاً عواملی مانند تب، صرع، مشکلات قلبی باعث بروز تشنج می‌شوند. از طرفی برخی عوامل بیرونی مانند کمبود خواب، چراغ‌های چشمک‌زن یا محرک‌های دیداری، پایین بودن سدیم، مصرف برخی داروها، ضربه به سر و علائم خونریزی مغزی در اثر ضربه، مشکل در رگ‌های خونی، سکته، مصرف مواد مخدر و غیره می‌تواند باعث بروز تشنج شود. در این مواقع حضور یک پرستاری که بتواند نگهداری از بیماران صرع را مسلط باشد، می‌تواند مفید باشد. در نگهداری از بیماران صرع باید علت‌های بروز بیماری را بشناسید و از انجام آن‌ها جلوگیری کنید.

**موضوع:**

**تشنج و مراقبت‌ها**

**گردآوری:**

**واحد آموزش کارکنان**

**بهار ۱۴۰۴**

- سردرد و سرگیجه

- بی‌حسی

- اختلالات حرکتی

- عدم کنترل کردن ادرار و مدفوع

- اختلالات رفتاری و روانی

- کاهش قدرت حافظه و فراموشی کوتاه‌مدت

- حرکت‌های پرشی دست که باعث رها شدن اجسام

- به‌صورت غیرارادی می‌شوند.

- تغییراتی در بینایی مانند تاری دید یا دوبینی

- خواب بهموقع
- بررسی منظم و دقیق تب و درجه حرارت بدن
- مقابله و دوری از استرس و اضطراب



## جلوگیری از تشنج

بیماری تشنج یک رویداد غیرارادی و غیرقابل پیشگیری است. هرچند رعایت برخی از موارد می‌تواند به کنترل و پیشگیری از تشنج و نگهداری از بیماران صرع کمک کند. در این مسیر می‌توانید از کمک یک پرستار بیمار تشنجی و بیمار زندگی نباتی هم استفاده کنید.



- کاهش مصرف مشروبات الکلی

- جلوگیری از ضربه به سر و مراقبت از سر درمقابل

- ضربه خوردن

- خودداری از نشستن‌های طولانی مدت پشت کامپیوتر

- و انجام کارهایی که باعث خستگی ذهن می‌شوند.

- داشتن یک زندگی سالم و اصلاح عادت‌ها و رفتارهای

- غلط

- مصرف بهموقع داروها

- داشتن یک ورزش روتین