

## تشنج چیست؟

تشنج عبارت است از حالات غیر طبیعی حسی، حرکتی، روانی یا ترکیبی از تمام موارد مذکور می باشد که از درست کار نکردن سلول های مغز ناشی می شود. در این اختلال بخشی از مغز یا تمامی آن درگیر می باشد و دو خصوصیت دارد.

۱- به صورت ناگهانی آغاز میشود.

۲- غیرارادی و غیر قابل کنترل است.



نوع و دفعات تشنج از فردی به فرد دیگر متفاوت است و هر بیمار الگوی تشنج خاصی دارد. تشنج می تواند به دنبال آسیب دیدگی های حین زایمان، کاهش اکسیژن در نوزادان، آسیب دیدگی های سر و برخی بیماریهای عفونی، مشکلات مربوطه به جریان خون، تب، اختلال تغذیه ای و مسمومیت هاپدید آید.

وقتی کودکی تشنج میکند ممکن است شما هر یک از این علائم را ببینید:

۱- کودک دچار اختلال هوشیاری شود یعنی اطرافیان را نشناسد، متوجه زمان و مکان نباشد، به صد ازدن شما پاسخ ندهد یا بیهوش روی زمین بیفتد.

۲- حرکاتی غیر ارادی در اعضای بدن کودک ظاهر شود این حرکات ممکن است قسمتی از بدن یا تمام اعضا را درگیر کند. ممکن است کودک به شدت دست و پا بزند، روی زمین بیفتد، سر و چشمهای کودک به یک طرف بچرخد یا اینکه فقط یک دست یا یک پای کودک دچار حرکات تکان دهنده شدید شود و این حالت چند ثانیه تا چند دقیقه طول بکشد معمولاً این حملات کمتر از ۱۰ دقیقه طول میکشد.

۳- ممکن است کودک در زمان حمله کنترل ادرار خود را از دست بدهد.

۴- گاهی کودک به صورت ناگهانی رفتاری غیر عادی نشان میدهد مثلاً بدون آنکه متوجه اطراف باشد، شروع به دویدن میکند.

۵- ممکن است کودک برای چند لحظه به نقطه ای خیره شده و در این مدت متوجه اطراف نباشد.

### بررسی های تشخیصی:

نوار مغز (EEG)، MRI، و تست های خونی

### درمان:

۱- کنترل تشنج از یک بیمار به بیمار دیگر متفاوت است چون برخی انواع تشنج ناشی از صدمات مغزی و برخی دیگر در اثر تغییرات شیمیایی مغز می باشد.

۲- دارو درمانی

۳- جراحی در مورد بیمارانی که تشنج آنها ناشی از تومور، آبسه کیست یا آنومالی های عروقی می باشد.

### والدین بیمار، هنگام تشنج موارد زیر را باید رعایت کنند.

دو نکته مهمی که باید به آن توجه شود این است که:

۱- مطمئن شوید که کودک شما نفس می کشد.

۲- اجازه ندهید کودک به خودش آسیب بزند.

آرامش خود را حفظ نمایید و به سایرین اطمینان دهید که وی در عرض چند دقیقه بهبود خواهد یافت سپس این چند مرحله ساده را دنبال کنید:

۱- با نگاه کردن به حرکات تنفسی قفسه سینه و رنگ لبها و ناخنهای کودک مطمئن شوید که کوکتان نفس میکشد. اگر لبهای کودک کبود شده نشانگر آن است که نفس نمی کشد. در صورت امکان کودک را در معرض هوای آزاد قرار دهید.

۲- اگر کودک نفس نمی کشد، با اورژانس تماس بگیرید، اگر احیاء بلد هستیید پیش از رسیدن کمک احیاء را شروع کنید.

۳- اگر کودک نفس می کشد او را روی زمین بخوابانید تا زمین نخورد و اطراف او را از چیزهایی مثل میز و صندلی و وسایلی که ممکن است به وی آسیب بزند تخلیه نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
مرکز طبی کودکان  
قطب علمی  
(آموزش دفتر پرستاری)

CHMC/N/B/۸۹/RW-۲



تشنج در کودکان

### از نظر فعالیت :

- رعایت برنامه منظم خواب، فعالیت ورزشی، توصیه می شود.
- از انجام فعالیت ها و یا ورزشهای سنگین اجتناب کنند.
- از فعالیت در محیط گرم خود داری کنند.
- به منظور اجتناب از غرق شدن در آب ، به جای وان از دوش جهت استحمام استفاده کنند.



### تغذیه:

توصیه می شود برای پیشگیری از افت قند خون (که یک عامل خطرناک حملات تشنجی است) وعده های غذایی منظم استفاده کنند و در بین وعده های غذایی از لقمه های غذایی استفاده کنند.  
رژیم غذایی حاوی گلوتامیک (رژیم کتوژنیک):  
این رژیم غذایی از لحاظ چربی غنی ولی از لحاظ کربوهیدرات و پروتئین فقیر است. تحقیقات نشان داده که مصرف این رژیم در نیمی از کودکان که بطور کامل و دقیق آنرا رعایت کرده اند ، باعث از بین رفتن دائم حملات شده است.

- ۴- چیزی صاف و نرم زیر سر وی بگذارید تا سر بیمار به زمین برخورد نکند.
- ۵- کودک را به یک پهلو بچرخانید تا راه هوایی او تمیز بماند و ترشحات دهان خارج شود.
- ۶- بند لباسهایی که کودک به تن دارد را شل کنید.
- ۷- سعی در باز نمودن دهان با زور و همچنین نگه داشتن زبان وی نداشته باشید.



- ۸- چیزی در دهان کودک نگذارید. مایعات و یا غذا در دهان وی نریزید. فقط وقتی هوشیاری کودک کاملاً طبیعی شد می توانید به وی مقداری آب بنوشانید.
- ۹- سعی در جلوگیری از حملات تشنجی با گرفتن وی نداشته باشید چنانچه مانع حرکات وی شوید ممکن است باعث شکستگی استخوان کودک شوید.
- ۱۰- احتمالاً بعد از تشنج کودک شما به خواب عمیقی خواهد رفت. این طبیعی است . او را بیدار نکنید و اجازه دهید که کودک تا بدست آوردن هوشیاری کامل استراحت نماید.