

آنچه والدین درباره تشنج و صرع باید بدانند

گردآورندگان:

دکتر امید یقینی (فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان)
امیر رضا منطقی نژاد

انجمن متخصصین کودکان اصفهان
مرکز تحقیقات رشد و نمو کودکان



آنچه والدین در مورد تشنج و صرع باید بدانند

گردآورندگان:

دکتر امید یقینی (فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان)

امیررضا منطقی نژاد

با تشکر از:

دکتر رضا عزیزی مال امیری (فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان)

اطلاعات نشر:
شامل شابک و فیپا و ناشر و ...

تشنج و صرع چیست؟

تشنج، اختلالی ناگهانی در فعالیت‌های الکتریکی مغزی است که سبب ایجاد علائمی عصبی مثل خیره شدن، دست‌وپا زدن و سفت شدن بدن می‌شود. اگر حملات تشنج تکرار شود به آن صرع یا اپی لپسی گفته می‌شود که معمولاً منشأ ارثی دارد.



تشنج از چه زمانی شروع می شود؟

زمان شروع تشنج در هر فرد متفاوت است و ممکن است از دوره نوزادی تا سنین بالا باشد اما گاهی بعضی انواع صرع در سن خاصی شروع می شوند. معمولاً ۲۵ درصد از تشنجهای قبل از ۱۵ سالگی بروز می کنند.

۲

When

آنچه والدین در مورد تشنج و صرع باید بدانند

علت صرع و تشنج چیست؟

منشأ صرع و تشنج در بیش از ۷۰ درصد موارد ارثی یا ژنتیکی است و علت مشخصی ندارد اما در دیگر موارد، علت صرع ممکن است ضربات شدید به سر، خونریزی مغزی، تومورها، بیماری‌های عفونی و اختلالات در قند، کلسیم و سدیم خون باشد.



آیا صرع واگیر دارد؟

۴

صرع واگیردار نیست اما چون گاهی به صورت ارثی منتقل می‌شود ممکن است چند نفر در یک خانواده دچار صرع شوند.



آنچه والدین در مورد تشنج و صرع باید بدانند

چند نوع تشنج و صرع داریم؟

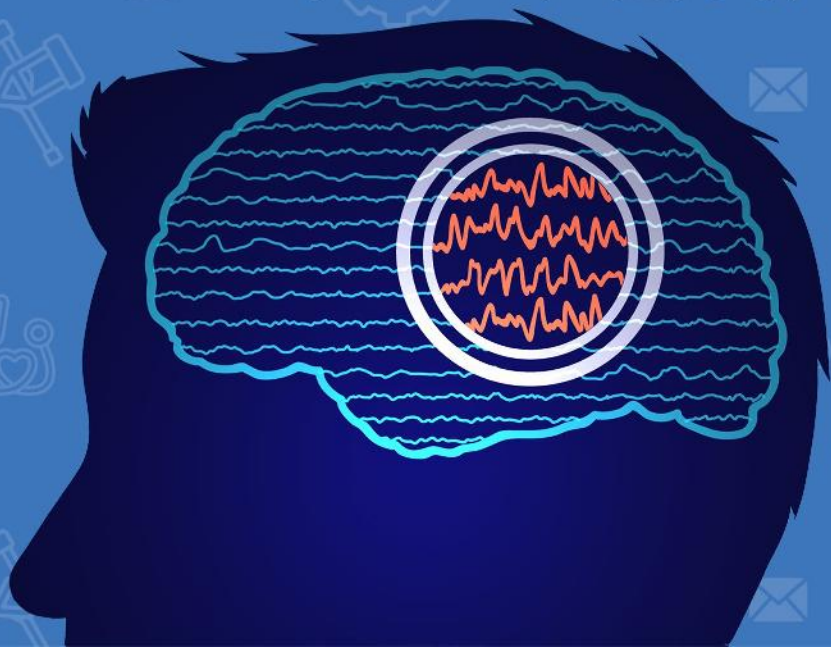
از نظر علامت‌شناسی، تشنج به چند نوع تقسیم می‌شود که مهم‌ترین آنها به شرح زیرند:

- **تشنج بزرگ:** در این نوع صرع، بدن فرد هنگام تشنج منقبض و سفت می‌شود و چشم‌ها بالا می‌رود و سپس دست‌ها و پاها به صورت متناوب دچار حرکات پرشی می‌شوند.

- **تشنج کوچک:** در این نوع صرع، فرد حدود ۱۰ تا ۲۰ ثانیه خیره می‌شود و سپس دوباره هوشیار می‌شود. اگرچه فرد هنگام خیره شدن هوشیاری ندارد اما معمولاً به زمین نمی‌افتد.

- **تشنج کانونی یا پارشیال:** در این نوع تشنج، قسمتی از مغز فرد دچار حمله می‌شود که معمولاً به صورت پرش یک اندام یا یک طرف صورت یا بی‌حسی قسمتی از صورت و اندام‌ها بروز می‌کند. این نوع تشنج نیز گاهی با خیرگی و آبریزش دهان همراه است و با استفاده از نوار مغز از صرع کوچک تشخیص داده می‌شود.

- گاهی تشنج فقط به صورت سفت شدن بدن یا حرکات پرشی به صورت مجزا اتفاق می افتد و سبب سقوط فرد به زمین می شود.
- گاهی نوع خاصی از صرع در سن خاصی بروز می کند که در اصطلاح به آن سندرم صرعی می گویند و معمولاً منشأ ژنتیکی دارد.



اورا^(۱) یا علامت پیش از تشنج چیست؟

اورا حس یا تجربه‌ای غیرعادی مثل احساس بویی خاص، دیدن تصاویری غیرطبیعی و یا حالت اضطرابی است که فرد تشنجی قبل از شروع تشنج احساس می‌کند و معمولاً نشان‌دهنده ضایعه‌ای مغزی است.



اتوماتیسم چیست؟

۸



اتوماتیسم کارهای تکراری،
غیرارادی و اجباری است که گاهی
هنگام تشنج یا قبل از آن اتفاق
می‌افتند؛ مانند ملج‌وملج کردن،
بی‌هدف راه رفتن و مالش لباس
ها یا دست‌ها به صورت
غیرارادی.

آنچه والدین در مورد تشنج و صرع باید بدانند

آیا هنگام تشنج به مغز آسیب می‌رسد؟

درباره آسیب رساندن تشنج به مغز اتفاق نظر وجود ندارد اما اگر حمله تشنج بیش از ۲۰ تا ۶۰ دقیقه طول بکشد و به‌ویژه اگر همه بدن را درگیر کند سبب آسیب می‌شود؛ همچنین اگر تشنج در زمان‌های خاصی مثل شنا، کوهنوردی و وجود جسم خارجی در دهان اتفاق بیفتد سبب آسیب یا خفگی می‌شود.



تشنج ناشی از تب چیست؟

۱۰

تشنج ناشی از تب معمولاً در ۶ ماهگی تا ۵ سالگی اتفاق می‌افتد و علتی جز تب ندارد. در اغلب جوامع ۳ تا ۴ درصد کودکان به نحوی دچار این تشنج می‌شوند ولی در بعضی جوامع این نوع تشنج شیوع بیشتری دارد و حدود ۱۰ درصد کودکان را درگیر می‌کند.

تشنج ناشی از تب همیشه خوش‌خیم نیست و گاهی نشان‌دهنده عفونتی مغزی یا شروع یک بیماری تشنجی است؛ به‌ویژه آن دسته از حملات تب و تشنج که زیر ۶ ماهگی شروع و مرتباً تکرار می‌شوند. در دوسوم موارد، تشنج ناشی از تب فقط یک‌بار اتفاق می‌افتد و در یک سوم موارد ممکن است تکرار شود.



هنگامی که کودک یا بزرگسالی دچار حمله شدید تشنج در تمام بدن شد چه باید کرد؟

۱۱

ابتدا باید خونسردی خود را حفظ کرد و فرد را به محل امنی برد (مثلاً فرد نباید وسط خیابان باشد)؛ سپس باید وی را به پهلو و ترجیحاً به طرف چپ خواباند. اگر فرد زبانش را گاز گرفته است باید آن را آزاد کرد و در غیر این صورت، باید از هر نوع محکم گرفتن یا باز کردن فک وی پرهیز کرد. نباید هیچ گونه تحریک اضافی مثل ضربه زدن و یا فشار دادن انجام داد.

اگر کراوات یا لباسی در تنفس فرد اشکال ایجاد می کند، باید آن را آزاد کرد. سر فرد را باید در صورت امکان در جای نرمی قرار داد. فردی که در حال تشنج است، به تنفس مصنوعی نیاز ندارد مگر اینکه هیچ گونه حرکت و تنفسی نداشته باشد.

مدت زمان تشنج را باید محاسبه کرد و با اورژانس نیز باید تماس گرفت. در افرادی که سابقه تشنج دارند اگر تشنج کمتر از ۵ دقیقه طول بکشد و فرد هوشیاری بعد از تشنج را به سرعت به دست آورد، مطلع کردن اورژانس لازم نیست.

اگر تشنج بیشتر از ۵ دقیقه طول بکشد در افراد بالای ۲۰ کیلوگرم می‌توان از شیاف ژل دیازپام مقعدي ۵ میلی‌گرمی و در صورت بهبود نیافتن از شیاف ۱۰ میلی‌گرمی استفاده کرد. برای افرادی با وزن بین ۱۰ تا ۲۰ کیلوگرم یک شیاف ژل ۵ میلی‌گرمی کافی است. در کودکان شیرخوار نیز بهتر است این کار را پزشک و یا افراد دوره‌دیده انجام دهند.

برای استفاده از دیازپام مقعدي نباید به سرعت تصمیم گرفت بلکه اگر تشنج بیشتر از ۵ دقیقه طول کشید ابتدا باید به اورژانس اطلاع داد و سپس از ژل مقعدي استفاده کرد. در صورت استفاده از شیاف دیازپام حتماً باید به اورژانس اطلاع داد. اگر تنفس فرد بعد از دریافت دیازپام قطع شد باید از تنفس مصنوعی استفاده کرد.

روش برخورد با بیمار در حال تشنج

مراقب سر بیمار باشیم

مراقب باشیم در محل امن باشد

زمان بهبودی را یادداشت کنیم

زمان تشنج را یادداشت کنیم

بیمار را به پهلو چپ تا بهبودی نگاه داریم

با تشکر از خانم مریم حقانی بابت تصحیح تصویر

**EPILEPSY
WAIKATO**
CHARITABLE TRUST
Leading the way. He arotanga whakamau.

from the Epilepsy Waikato Charitable Trust

برای تشخیص صرع و تشنج چه کارهایی باید انجام داد؟

۱۴



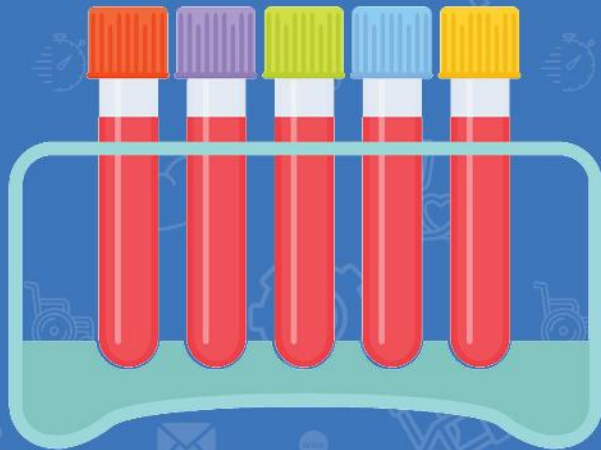
تشخیص صرع و تشنج با پزشک است و مهم‌ترین وسیله تشخیص، شرح دقیق اتفاق است. در صورت امکان، بهتر است والدین حمله را برای پزشک تقلید کنند و یا به‌خوبی آن را توضیح بدهند. گاهی دیدن فیلم‌های گرفته‌شده بسیار ثمربخش است، به‌ویژه در حالاتی که ممکن است با تشنج اشتباه گرفته شوند.

نوار مغز یا الکتروانسفالوگرافی (EEG) نیز بسیار کمک‌کننده است. البته گرفتن نوار مغز استاندارد که باید هم در خواب و هم در بیداری فرد انجام شود بسیار مشکل و وقت‌گیر است؛ به‌ویژه برای گرفتن نوار مغز کودکانی که همکاری نمی‌کنند باید آنها را به خواب برد که این کار معمولاً با استفاده از داروی کلرال هیدرال انجام می‌شود.

البته باید توجه داشت طبیعی بودن نوار مغز به معنای نبود تشنج نیست زیرا با اینکه نوار مغز مهم‌ترین وسیله تشخیص تشنج است اما گاهی با وجود اینکه فرد تشنج می‌کند نوار مغز وی طبیعی است؛ از طرف دیگر، درجاتی از اختلال در نوار مغز درصد کمی از افراد نرمال نیز وجود دارد. یکی دیگر از روش‌های تشخیص، تصویربرداری مغزی است که نوع ارجح آن MRI است، هرچند در موارد اورژانسی ممکن است CT Scan ارجح باشد.

آیا آزمایش خون برای تشخیص تشنج ضروری است؟

یکی از علل تشنج به‌ویژه در کودکان کوچک و نوزادان تازه متولدشده اختلال در قند و الکترولیت‌های خون شامل کلسیم، سدیم و منیزیم است؛ به همین علت بهتر است برای تشخیص تشنج ابتدا به‌صورت ناشتا این موارد بررسی شوند چون اگر علت اختلال یکی از این موارد باشد، تا زمان برطرف نشدن آن، حملات تشنج ادامه می‌یابد.



صرع چگونه درمان می‌شود؟

۱۷

مسئله اصلی و مبنای مهم در صرع جلوگیری از حملات صرع است و شامل چند خط درمانی است؛ خط اول، استفاده از داروهای ضد تشنج است که باید منظم مصرف شوند و اکثراً در صورت کنترل تشنج، مصرف آنها حداقل دو سال باید ادامه داشته باشد.

خط دوم، جراحی صرع است که اگر تشنج با درمان دارویی بهبود نیابد و ضایعه قابل برداشتی در مغز عامل ایجاد تشنج باشد انجام می‌شود و ممکن است سبب بهبودی کامل و یا کاهش تعداد و شدت حملات شود.

خط سوم، درمان صرع از طریق رژیم غذایی است.



آیا تشنج و صرع کاملاً درمان می‌شوند؟

درمان کامل تشنج به نوع آن بستگی دارد؛ برخی تشنجهایی که با دارو کنترل می‌شوند، بعد از دو سال و گاهی پس از رسیدن به سن خاصی مثلاً هنگام بلوغ کاملاً درمان می‌شوند اما ممکن است برخی بیماران نیاز داشته باشند تا آخر عمر دارو مصرف کنند.

از لحاظ آماری، حدود یک‌سوم تشنجه‌ها به سختی کنترل می‌شوند و حدود ۱۰ درصد نیز کاملاً در برابر درمان مقاوم هستند.



جراحی در صرع چه هنگامی انجام می‌شود؟

۱۹



اگر تشنج به علت وجود ضایعه‌ای شناخته‌شده در مغز اتفاق افتاده باشد و برداشتن آن سبب اختلال بیشتر (مثلاً اختلال گفتاری) نشود و در برابر درمان‌های دارویی نیز مقاوم باشد از جراحی استفاده می‌شود. تیم‌های جراحی صرع قبل از عمل جراحی این موارد را با آزمایش‌های خاص و بررسی‌های متعدد کنترل می‌کنند.

آیا مبتلایان به صرع به داروهای ضد تشنج معتاد می‌شوند؟

۲۰



مبتلایان به صرع به داروهای صرع معتاد نمی‌شوند اما برای کنترل تشنج باید داروهای خود را منظم مصرف کنند. نکته مهم این است که قطع ناگهانی داروها سبب ایجاد تشنج‌های شدیدتری می‌شود و به همین دلیل، در صورت تصمیم به قطع داروهای ضد تشنج باید این کار را طی چند ماه و به تدریج انجام داد.

چه زمانی از رژیم‌های غذایی درمان صرع و تشنج استفاده می‌شود؟

۲۱

رژیم‌های اثبات‌شده برای درمان صرع بسیار محدود و شامل رژیم کتوژنیک و رژیم با نمایه گلیسمیک پایین هستند. رژیم‌های سنتی که مبتنی بر خوردن غذاهای گرم و سردند پشتوانه علمی ندارند.

KETO Food Pyramid



NO:



رژیم کتوژنیک معمولاً بیشترین اثر را در کودکان ۲ تا ۶ ساله دارد و بر اساس آن، حداقل ۸۰ درصد رژیم غذایی باید چربی باشد که از نظر عملی، رعایت آن بسیار مشکل است؛ به همین سبب، از این رژیم برای تشنج‌های بسیار مقاوم در برابر درمان استفاده می‌شود.

آیا استفاده از ویتامین‌ها سبب کنترل تشنج می‌شود؟

در درمان برخی تشنجه‌ها که اغلب در نوزادی و شیرخوارگی اتفاق می‌افتند از ویتامین‌های خاصی نظیر بیوتین و یا اسیدفولیک استفاده می‌شود اما در دیگر موارد، ویتامین‌ها نقش مکمل دارند. ذکر این نکته لازم است که برخی داروهای ضد تشنج را باید همراه ویتامین D و یا اسیدفولیک استفاده کرد.



آیا هوش مبتلایان به صرع و تشنج کمتر از بقیه است؟



معمولاً اگر فرد فقط به صرع مبتلا باشد اما اختلال ساختمانی مغز نداشته باشد مشکل هوشی و ذهنی ندارد اما گاهی بعضی بیماری‌های عصبی مغزی که همراه صرع و تشنج هستند سبب اختلال ذهنی نیز می‌شوند. در برخی افراد نیز برخی داروهای ضد تشنج به درجات مختلف سبب اختلال تمرکز و یادگیری می‌شوند.

آیا صرع با افزایش سن بدتر می شود؟

صرع با افزایش سن بدتر نمی شود اما بعضی از انواع این بیماری در سن خاصی ایجاد می شوند؛ از سوی دیگر بعضی تشنجهای کودکی در سنین خاصی بهبود می یابند و به همین علت نمی توان قانونی کلی برای ارتباط افزایش سن و صرع و تشنج تعیین کرد.

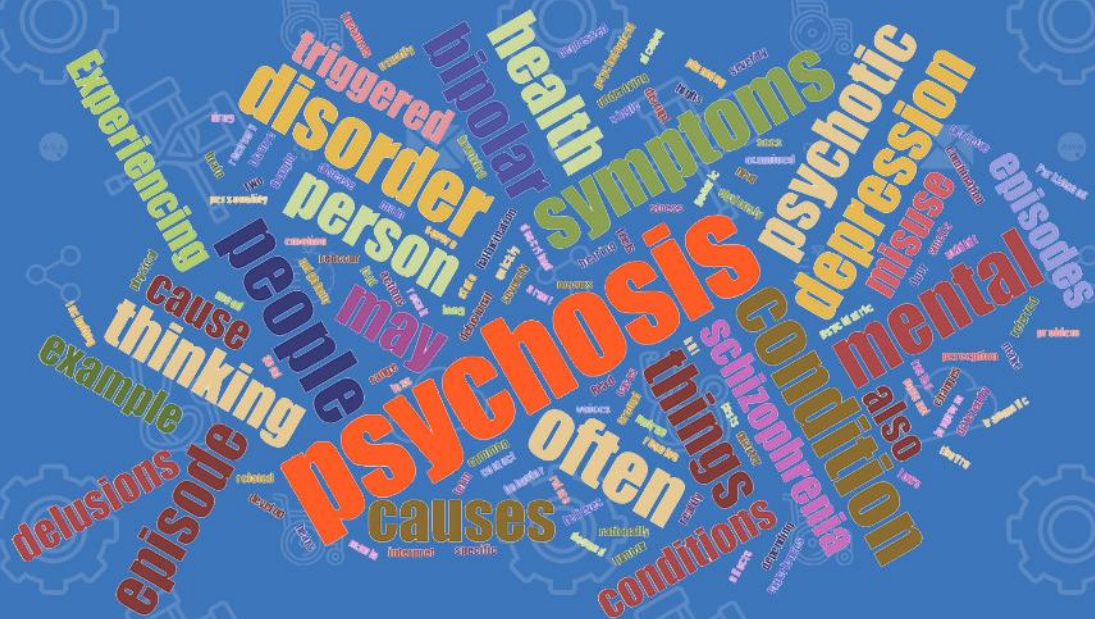


آیا صرع و تشنج با اختلالات روانی همراه‌اند؟

گاهی صرع و تشنج با اختلالات روانی همراه‌اند اما غالباً مبتلایان به صرع روان سالمی دارند.

۲۶

آنچه والدین در مورد تشنج و صرع باید بدانند



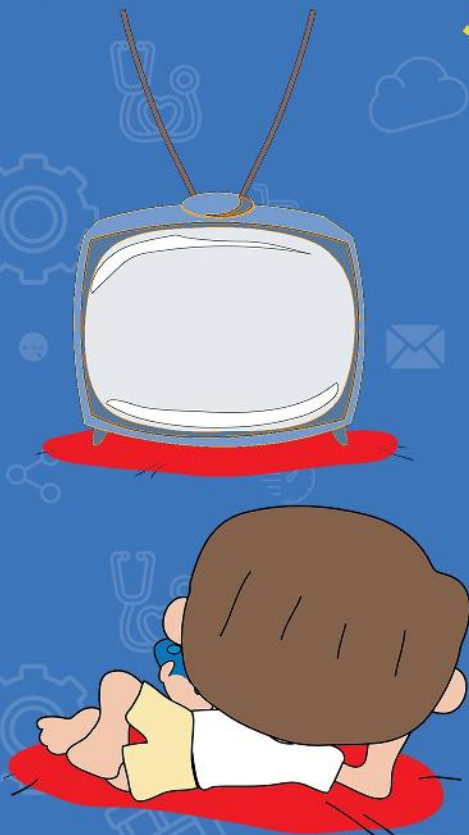
آیا مبتلایان به تشنج و صرع می‌توانند رانندگی کنند؟

درباره این مسئله اتفاق نظر وجود ندارد اما برخی معتقدند اگر فردی صرع کنترل شده داشته باشد و حداقل در ۶ ماه اخیر تشنج نکرده باشد می‌تواند به شرط احتیاط رانندگی کند. اگر فرد صرع کنترل نشده داشته باشد اصلاً نباید رانندگی کند.



آیا مبتلایان به صرع می‌توانند تلویزیون ببینند؟

دیدن تلویزیون برای مبتلایان به صرع منعی ندارد اما اگر تشنج این افراد از نوعی باشد که با نور تحریک می‌شوند باید حداقل ۳ متر از تلویزیون فاصله داشته باشند، در اتاق تاریک تلویزیون نبینند، از تلویزیون‌های کوچک استفاده کنند و بهتر است در خستگی زیاد تلویزیون نگاه نکنند.



آیا مبتلایان به صرع می‌توانند به خدمت سربازی بروند؟

در حال حاضر، افرادی که به صرع کنترل نشده و یا کنترل شده با دارو مبتلا هستند از سربازی معاف‌اند.

۲۹



آیا مبتلایان به تشنج می‌توانند در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند؟

غالباً مبتلایان به تشنج می‌توانند در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند اما افرادی که تشنج کنترل نشده دارند از ورزش‌هایی مثل کوهنوردی و ورزش‌های آبی که بالا رفتن از ارتفاع در آنها لازم است باید اجتناب کنند؛ همچنین بهتر است این افراد تا حد امکان

از ورزش‌هایی مثل ورزش‌های رزمی و مبارزه‌ای فوتبال و بیس‌بال که در آنها درگیری مستقیم بدنی و احتمال تروما وجود دارد اجتناب کنند.



پدر و مادر کودکان مبتلا به صرع چه نکاتی را باید درباره داروهای صرع بدانند؟

۳۱

اولین و مهم‌ترین نکته این است که هر دارویی علاوه بر خواص درمانی ممکن است عوارضی نیز داشته باشد که گاهی خطرناک و تأثیرگذارند و در این موارد باید به فکر تعویض یا قطع دارو بود.

مهم‌ترین عارضه داروهای ضد صرع، حساسیت به این داروهاست که خود را به شکل‌های مختلفی نشان می‌دهد؛ مهم‌ترین آنها تب همراه ضایعات قرمز رنگ بثوری شبیه سرخک و یا کهیر است که به‌ویژه در سه هفته اول درمان اتفاق می‌افتد. در صورت مشاهده این موارد باید به‌سرعت برای اقدامات درمانی به پزشک مراجعه کرد.

اگر هنگام شروع استفاده از داروهای ضد تشنج، حملات تشنج افزایش یابد یا سبب کاهش هوشیاری، اختلال در صحبت کردن، تهوع، استفراغ و درد شکم شود باید به پزشک اطلاع داد.

داروهای ضد صرع باید منظم استفاده شوند و اگر یک دوز آنها فراموش شود باید در اولین فرصت ممکن مصرف شوند. اگر فرد کمتر از ۲۰ دقیقه پس از خوردن دارو استفراغ کند بهتر است دوباره دارو داده شود و اگر به دلیلی دچار استفراغ‌های پی‌پی شود و نتواند دارو را تحمل کند باید به پزشک اطلاع داد.

داروهای ضد صرع ممکن است سبب پرخوری، چاقی، بی‌حوصلگی، خستگی، بی‌قراری و کم‌توجهی شوند و در صورت بروز این موارد باید به پزشک اطلاع داد.



آیا مبتلایان به صرع باید تمام عمر دارو مصرف کنند؟

۳۳

مدت مصرف دارو به نوع تشنج و کنترل آن بستگی دارد اما اغلب مبتلایان به تشنج بعد از دو سال که حملاتشان در کنترل باشد و نوار مغز خوبی داشته باشند می‌توانند داروهایشان را قطع کنند. در یک‌سوم موارد، بیماری عود می‌کند و در این صورت، بهتر است طول دوره درمان چهار سال شود و اگر بعد از چهار سال، بیماری دوباره عود کند بهتر است مصرف دارو تا پایان عمر ادامه یابد.



آیا اطرافیان مبتلایان به صرع باید از بیماری آن ها مطلع باشند؟

۳۴

اطرافیان کودکان مبتلا به صرع به‌ویژه مسئولان مدرسه حتماً باید از بیماری آنها مطلع باشند و دستورات اولیه کمک به این نوع کودکان را نیز بدانند. بهتر است مبتلایان به صرع، گردنبندی حاوی اطلاعات کمک‌های اولیه در صرع به همراه خود داشته باشند. همکاران بزرگسالان مبتلا به صرع نیز بهتر است این اطلاعات را بدانند.



مبتلایان به صرع بهتر است چه کارهایی را انجام ندهند؟

۳۵

۱- مهم‌ترین نکته‌ای که مبتلایان به صرع باید رعایت کنند، پرهیز از مصرف خودسرانه دارو است که ممکن است بسیار خطرناک باشد. حتی قطع ناگهانی داروها ممکن است سبب مرگ شود.

۲- خواب کافی بسیار مهم است زیرا بی‌خوابی و خستگی سبب بروز تشنج می‌شود.

۳- خوردن غذای سالم و پرهیز از خوردن الکل بسیار مهم است.

۴- مبتلایان به صرع لازم است از بیدار ماندن در مهمانی‌های شبانه به‌ویژه در مکان‌هایی که رقص نور در آنها هست پرهیز کنند.



آیا با مصرف داروهای ضد صرع انجام آزمایش‌های دوره‌ای لازم است؟

۳۶



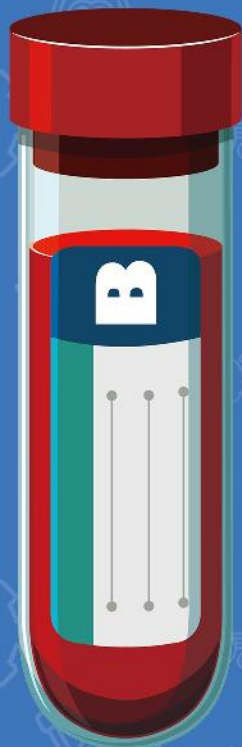
لازم است تأثیرات برخی داروهای ضد صرع بر دیگر اعضای بدن نظیر کبد و کلیه و همچنین سلول‌های خونی، به‌ویژه در ماه‌های اول استفاده از آنها بررسی شود اما هر چه مصرف این داروها ادامه می‌یابد احتمال ایجاد مشکلات کمتر

می‌شود و متعاقب آن، آزمایش‌های دوره‌ای کمتری نیز انجام می‌شود.

آیا سطح خونی داروهای ضد صرع می بایست چک شود؟

۳۷

در ابتدای درمان و در صرع‌های کنترل نشده، سطح خونی داروهای ضد صرع بررسی می‌شود اما در صورت استفاده از دوز مناسب دارو و کنترل حملات تشنج، این بررسی لازم نیست.



آنچه والدین در مورد تشنج و صرع باید بدانند

مرکز تحقیقات
رشد و نمو کودکان



انجمن متخصصین کودکان اصفهان
Isfahan society of pediatrics



آنچه والدین درباره
تشنج و صرع باید بدانند

Epilepsy

