



فرم ثبت آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص تشنج

کد محتوا: ۱۷۲

شماره پرونده: Unit Number:

پزشک معالج: Attending Physician:	بخش: Ward:	نام : Name	نام خانوادگی: Family:
تاریخ پذیرش: Date of Admission:	اتاق: Room:	تاریخ تولد: Data of Birth	نام پدر: Fathers Name:
	تخت: Bed:		

آموزش پزشک / پرستار

مراقبت های لازم در منزل

* برای پیشگیری از تشنج: خواب و استراحت کافی و منظم داشته باشید، از استرس خود داری کنید، با بروز اولین علائم تب از داروی پایین آورنده تب استفاده کنید و به پزشک مراجعه نمایید.

* با آب داغ حمام نکنید و در حمام را از داخل قفل نکنید و در داخل حمام بنشینید

* برای تزئین فضا از دکوراسیون های شکستنی مانند دکورهای شیشه ای، آینه ای و آویز استفاده نکنید

* از ورزش های خطرناک بپرهیزید مثل شنا، ژیمناستیک، کوهنوردی، دوچرخه سواری، قایقرانی، سوارکاری، اگر تمایل به انجام چنین ورزش هایی دارید، حتما با فرد دیگری که می داند شما مبتلا به تشنج هستید باشد.

* از انجام ورزش هایی که در ارتفاع یا با فاصله از زمین انجام میشود و یا فعالیت های رزمی که امکان ضربه به سر وجود دارد پرهیز کنید.

* شنا در استخر تنها در مواردی که صرع کنترل شده باشد، الزاما تحت نظر نجات غریق مجاز است. * شنا در دریا حتی در موارد صرع کنترل شده ممنوع است

* از عواملی که میتوانند آغازگر تشنج در شما شوند پرهیز کنید مانند نوشیدنی های الکلی، استرس، نور های درخشان و چشمک زن، کافئین، کم خوابی، خستگی، بیماری های تب زا مانند سرماخوردگی و مصرف ترامادول

ادامه مطالب را از پشت صفحه بخوانید

مصرف دارو:

* داروهای تجویز شده را طبق دستور و بموقع مصرف نمایید

* از قطع خودسرانه دارو تحت هر شرایطی بپرهیزید چون خود، باعث بروز حملات تشنج می شود. دارو را کم و زیاد نکنید

* اگر دچار عوارض دارویی شدید طبق نظر پزشک دارو را تغییر دهید. در صورت بروز عوارض پوستی به طور اورژانسی با پزشکتان تماس بگیرید

* در صورت بروز اسهال و استفراغ که باعث شود دارو جذب بدن نشود باید به پزشک معالج خود اطلاع دهید.

* برای آگاهی از نحوه مصرف داروها به آدرس سایت که در پایین صفحه بعد نوشته شده مراجعه نمایید.

توصیه های لازم جهت آزمایشات معوقه:

زمان و مکان مراجعه به پزشک:

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار

مهر و امضاء پرستار

مهر و امضاء پزشک

کد رهگیری دارو:

*در برخی افراد حساس به نور ، نور های چشمک زن ، دیدن پرتو های نور از لا به لای شاخه های درخت ، تماشای برفک تلویزیون و ...از عوامل آغاز گر تشنج هستند*از تماشای طولانی مدت تلویزیون و صفحه کامپیوتر پرهیز کنند *نزدیک تلویزیون ننشینند *هنگام تماشای تلویزیون از یک چراغ روشنایی سقفی استفاده کنید*اورا یا هشدار چیست ؟

در برخی افراد با ایجاد علامتی خاص متوجه میشوند که تا چند لحظه دیگر تشنج خواهند کرد مانند احساس دلشوره ، دیدن هاله رنگی یا حس بوی خاص این علائم اورا یا هشدار نام دارند و شما با دیدن این علائم باید بلافاصله خود را به یک مکان امن رسانده و در حالت دراز کش قرار گیرید تا تشنج تمام شود

در صورت بارداری و یا قصد بارداری حتما به پزشک معالج مراجعه نمائید.

نحوه برخورد با بیمار در حال تشنج :

خونسردی خود را حفظ و زمان تشنج را اندازه گیری و از شلوغ شدن اطراف بیمار نیز جلوگیری کنید.

بهتر است بیمار در حین تشنج به پهلو ی چپ خوابانیده شود و زیر سر وی متکا یا چیزی نرم قرار گیرد.

تمام وسایل خطرناک مانند میز و صندلی را از اطراف وی دور و یقه و لباس بیمار را آزاد کنید. هیچ چیزی حتی هر نوع دارویی را به بیمار نخورانید

سعی در متوقف کردن تشنج نداشته باشید و تا زمان اتمام تشنج در کنار فرد بمانید.

وقتی فرد هوشیاری خود را به دست آورد به وی اطمینان خاطر دهید.

رژیم غذایی :

*رژیم غذایی سالم و منظم داشته باشید و وعده های غذایی را مرتب و به موقع مصرف کنید

* مراقب باشید گرسنگی و افت قند خون از عوامل آغازگر تشنج میباشد

علائم هشداردهنده که در صورت وقوع لازم است سریعاً مراجعه شود:

* تشنجی که بیشتر از پنج دقیقه طول بکشد * حین حمله تشنج ضربه به سر وارد شود *استفراغ های مکرر داشته باشد و هوشیاری بیمار به حالت عادی بازنگردد * اگر حین شنا دچار حمله شده باشد و احتمالاً مقدار زیادی آب بلعیده باشد * به اشتباه وعده های دارو را کمتر یا زیاد تر استفاده کرده باشد * در صورت بروز عوارض پوستی * صرع مداوم و پایدار یعنی بدون اینکه بیمار هوشیار شود مجدد تشنج کند

❖ با سخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیل ساعت ۱۴ الی ۱۵ خانم ریحانی : ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳

❖ شماره تماس بخش: ۳۱۵۱۴۰۵۳ - ۵۸

❖ جهت کسب اطلاعات بیشتر : در گوگل این مراحل را انجام دهید : ۱- بیمارستان امام حسن بجنورد ۲- وب سایت بیمارستان ۳-آموزش به بیمار (سمت چپ صفحه اصلی بیمارستان تصویر آموزش به بیمار را انتخاب نمایید) ۴-مطلب مورد نظر خود را انتخاب نمایید

خوب است بدانیم:

کد ۷۲۴ : ازدست رفتن زمان برابر است با یک عمر ناتوانی .در صورت بروز علائم حمله مغزی مانند بی حرکتی یکطرفه اندامها (دست و پا) ، گفتارنامفهوم یا لکنت ، افتادگی یک طرفه صورت با رساندن سریع بیمار (کمتر از ۳ ساعت) به تنها مرکز کد ۷۲۴ استان (بیمارستان امام حسن باعث بهبود سریع و کاهش ناتوانی در بیمار تان شوید