التعايش مع الصرع



السلسلة التعليمية لمرض الصرع

تم انتاج هذا المنشور عن طريق

EAENA Epilepsy Association Edmonton & Northern AB

AWARENESS • EDUCATION • ADVOCACY

UNDERSTANDING CHANGES LIVES

www.epilepsyalbertanorth.ca

تم تصميم هذا المنشور لتقديم معلومات عامة عن الصرع للعامة, فهو لا يقدم نصائح طبية محددة.

على مرضى الصرع الا يقوموا باى تغيرات فى خطة علاجهم بناء على المعلومات المذكورة غى المنشور.بل يجب دائما استشارة طبيبكم المختص قبل القيام باى تعديلات او تغيرات فى العلاج.

شكر واجب الى الفريق المختص المستشارلاتمام هذا المنشور, المكون من اطباء الاعصاب المتخصصين فى حالات الصرع,والتمريض المختص بعلوم الاعصاب, و فريق عيادات الصرع بالمستشفيات,والمتخصصون فى التعليم الطبى, والاشخاص المتعايشون مع الصرع واسرهم وذويهم.

قامت بترجمة هذا المنشور الى اللغة العربية الدكتورة مى ابو هيكل المتطوعة بجمعية ادمنتون وشمال البرتا للصرع

© Epilepsy Association of Edmonton and Northern Alberta

الفهرس

1. ما هو الصرع ؟----5
2. ما اسباب حدوث التشنجات و الصرع؟----6
3. كيف يتم تشخيص الصرع ؟----9
4. ما هى انواع التشنجات المختلفة ؟----15
5. ما هو علاج الصرع ؟----20
6. كيف سيؤثر الصرع على حياتى ؟
- على حياتى الشخصية ----30
- على المجتمع----32
- على وظيفتى----33
- على تنقلى ----36
- على انشطتى الرياضية والترفيه----36
- على سلامتى ----38
- على صحتى العامة و وما هى محفزات التشنجات----39
- على صحتى الجنسية والحمل والولادة ----40
- اهم محفزات التشنج----41
- الدعم المادى----42
- التامين الصحى----43
7. الاسعافات الاولية للتشنجات----44
8. متى يجب عليك الاتصال بالاسعاف----45
9. المصطلحات الخاصة بحالة الصرع: القديمة والحديثة ----46
10. الجمعيات التى تخدم مرضى الصرع----49
11. نصائح للمتخصصين ومقدمى الرعاية من الاهالى ----50

© Epilepsy Association of Edmonton and Northern Alberta

النوبات العامة Generalized Seizures

فى هذه الحالة , النشاط الكهربائي الغير الطبيعي يكون واسع النطاق ويشمل جانبي الدماغ. قد تكون النوبة مصحوبة بتشنجات أو قد لا تكون كذلك. عادةً ما تأخذ النوبة العامة شكلًا من شكلين:

- نوبات غياب (بدون تشنجات)
- أو نوبات توترية ارتعاشية (مع تشنجات).

نوبات الغياب Absence Seizures

تبدأ هذه النوبات غالبًا في مرحلة الطفولة، وتختفى عند حوالي ثلثي الأطفال عند بلوغهم سن المراهقة.
تؤدي هذه النوبات إلى نظرة فارغة عادةً تدوم أقل من 10 ثوانٍ. تبدأ النوبة وتنتهي فجأة، والوعي يكون متأثرًا خلال النوبة. قد يتوقف الشخص فجأة عن الكلام، ينظر الى الفراغ لبضع ثوانٍ، ثم يكمل الكلام دون أن يدرك أن شيئًا قد حدث. بعد النوبة، يستعيد الشخص وعيه بسرعة.

أحيانًا يتم تفسير هذه النوبات خطأً على أنها أحلام يقظة أو قلة انتباه. قد يصاحب النوبة رمش سريع وقد تتجه العينان إلى الأعلى. هذا النوع من النوبات لا يؤدي عادةً إلى السقوط ارضا.
.
قد يعاني الفرد من عدد كبير من نوبات الغياب في اليوم الواحد. وعلى الرغم من أن نوبات الغياب غالبًا ما يتم تجاوزها مع مرور السن، إلا أن بعض الأشخاص الذين يعانون من نوبات الغياب يصابون بنوبات الصرع التوتريّة الرمعية لاحقا . تميل نوبات الغياب إلى الانتشار في العائلات.

تنتج النوبة العامة من الدماغ بأكمله. التفريغ الكهربائي المفرط يكون واسع الانتشار ويشمل جانبي الدماغ. قد تكون النوبة مصحوبة او غير مصحوبة بتشنجات

النوبات التشنجية التوترية الرمعية Tonic Clonic Seizures

المرحلة التوترية من هذا النوع العام من النوبات عادةً ما تتضمن فقدان الوعي والسقوط عند فقدان الوعي وتصلب العضلات. قد تسبق النوبة صوت غليظ أو أنين. المرحلة الثانية أو **المرحلة الرمعية** للنوبة تتضمن عادةً سلسلة من التقلصات مع اهتزاز وتشنج العضلات في الأطراف الأربعة. عادةً ما تشمل الحركات الجسم بأكمله.
قد يفقد الشخص السيطرة على المثانة أو الأمعاء، وقد يكون هناك تنفس سطحي، وازرقاق أو رمادية في لون الجلد، وسيلان اللعاب.

عادةً ما تستمر النوبة من دقيقة إلى ثلاث دقائق. يتم استعادة الوعي ببطء وقد يستغرق حتى ساعة.
قد تشمل الحالة بعد النوبة التعب والارتباك وقد يعاني الشخص من صداع شديد. وغالبًا ما يرغب الشخص في النوم.

قد تكون هذه النوبات عامة أولية (مما يعني أن النوبة تبدأ على جانبي الدماغ في نفس الوقت) أو قد تتبع نوبة بؤرية قصيرة (نوبة توترية رمعية ثنائية الجانب).
على الرغم من أن نوبة الصرع التوترية الرمعية هي الأكثر ارتباطًا بالصرع، إلا أنها ليست النوع الأكثر شيوعًا من النوبات. في البالغين، النوبة البؤرية هي النوع الأكثر شيوعًا.

على الرغم من أن نوبة الصرع التوترية الرمعية هي الأكثر ارتباطًا بالصرع، إلا أنها ليست النوع الأكثر شيوعًا من النوبات. في البالغين، النوبة البؤرية هي النوع الأكثر شيوعا.

© Epilepsy Association of Edmonton and Northern Alberta

كن إيجابياً

قد يكون للعيش مع الصرع تحدياته. من المهم أن تحافظ على حياتك طبيعية قدر الإمكان، مستفيداً من أنظمة الدعم الإيجابية التي لديك عند الحاجة. ستساعدك النظرة الإيجابية على أن تعيش حياة كاملة ومجزية.

هل يؤثر مرض الصرع على القدرات المعرفية والتطور؟

ارتباط الصرع بالقدرة المعرفية معقد .القدرات المعرفية تتضمن عمليات ذهنية مثل التذكرو الادراك والتفكير.بالرغم ان معظم مرضى الصرع لا يعانون من تاثر بالغ على الوظائف المعرفية , يشكوا البعض الاخر من تغيرات.

العوامل التى تؤثر سلبا على القدرات المعرفية والتطور:

- اضطراب معرفى موجود مسبقا نتيجة اصابة اثناء الولادة او مرض سابق مثل الاتهاب السحائى.
- شدة ومعدل تكرار النوبات ويتضمن ذلك حدوث حالة صرعية ممتدة سابقا ام لا.
- جرعات عالية من عقار او اكثر معالج للتشنجات.



سلسلة التثقيف والتعريف بالصرع

تشمل سلسلة كتيّبات التثقيف حول الصرع ما يلي:

- الصرع: نظرة عامة
- التعايش مع الصرع
- الصرع: دليل للوالدين
- لنتعلّم عن الصرع: كتاب نشاطات للأطفال
- المراهقون والصرع
- الصرع: دليل للمعلمين
- النساء والصرع
- كبار السن والصرع
- الصرع: دليل لمقدّمي الرعاية الصحية
- الصرع: النوبات والإسعافات الأولية
- السلامة والصرع

للمزيد من المعلومات أو لطلب نسخ من هذه الكتيّبات، يُرجى التواصل مع جمعية الصرع المحلية على الرقم:
1-866-EPILEPSY (374-5377)

جميع الكتيّبات متاحة للتنزيل المجاني بصيغة PDF عبر الموقع:
www.epilepsyalbertanorth.ca

© Epilepsy Association of Edmonton and Northern Alberta

سلسلة كتب الصرع هو مشروع مقدم من جمعية ادمنتون وشمال البرتا للصرع.

epilepsyalbertanorth.ca

EAENA
Epilepsy Association Edmonton & Northern AB
AWARENESS • EDUCATION • ADVOCACY
UNDERSTANDING CHANGES LIVES

شارك فى مراجعة هذا المنشور :

Canadian League Against Epilepsy
CLAE LCCE
La Ligue Canadienne Contre l'Épilepsie
905-415-3917
info@claegroup.org
www.claegroup.org

Canadian epilepsy Alliance
Alliance canadienne de l'épilepsie

ISBN 978-1-0693948-5-9
9 781069 394859 51599

بدعم من : PENDOPHARM

CC BY-NC-ND 4.0
Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International

© Epilepsy Association of Edmonton and Northern Alberta