

برنامه مراقبت در منزل نوزدان مبتلا به تشنج نوزادی

نوزاد شما به تازگی با تشخیص تشنج در نوزادی و بهبودی نسبی از بیمارستان ترخیص شده است. این راهنما به شما و کسانی که از نوزاد مراقبت می کنند کمک می کند تا در خانه به خوبی از نوزاد مراقبت کنید، روند بهبود سریع تر شود و از بروز مشکلات پیشگیری شود.

مراجعه گرامی توجه فرمایید:

اولویت مراقبت در منزل با اجرای دستورات پزشک معالج می باشد

اهمیت مراقبت در خانه

بعد از ترخیص از بیمارستان، بخش بزرگی از درمان بیماری در خانه ادامه پیدا می کند به همین دلیل مراقبت خانگی اهمیت زیادی پیدا می کند، چون بسیاری از مشکلات و عوارض بیماری را می توان با اقدامات ساده در خانه پیشگیری یا کنترل کرد.

۱. ماهیت بیماری چیست

تشنج در نوزادان زمانی رخ می دهد که سلول های عصبی مغز به صورت ناگهانی و غیرطبیعی فعالیت می کنند. این فعالیت باعث حرکات غیرارادی، تغییر در تنفس، یا حتی توقف موقت هوشیاری نوزاد می شود. تشنج نوزادان با تشنج در کودکان بزرگ تر فرق دارد و بعضی از انواع آن بسیار ظریف هستند و ممکن است فقط با حرکت پلک ها یا مکیدن نوزاد مشخص شوند.

تشنجی که در ۲۸ روز اول عمر روی دهد به علت عدم تکامل دستگاه عصبی در این دوره می تواند نوزاد را به مخاطره بیندازد. تشنج در نوزادی یک فوریت پزشکی است که باید درمان شود. تشنج بیماری نسبتا شایعی در دوران نوزادی است که نه تنها خبر از یک بیماری جدی در نوزاد می دهد بلکه روی مغز در حال تکامل نیز می تواند اثر بگذارد.

تشنج با علائم زیر دیده می شود:

- پرش های دسته ای از عضلات به ویژه در اندام ها و صورت
- نشانه های چشمی (بازماندن چشم ها و نگاه خیره)
- پلک زدن مکرر یا لرزش پلک ها
- خروج آب از دهان
- مک زدن یا حرکات در دهان و گونه و زبان
- حرکاتی مثل شنا کردن یا پارو زدن در دست ها یا رکاب زدن در پاها
- و قطع تنفس
- سفت شدن تنه و اندام

۲. علل ایجاد کننده

تشنج نوزادی به معمولا به دلایل مختلفی در نوزادان دیده می شود. دانستن این علائم می تواند به تشخیص درست و به موقع به شما کمک کرده تا بتوانید سریع تر شرایط را مدیریت کنید:

- کمبود اکسیژن رسانی به مغز (شایع ترین علت)
- عفونتها
- کاهش قند خون
- کاهش کلسیم خون-کاهش یا افزایش سدیم خون
- اعتیاد مادر به مواد مخدر
- افزایش قابل توجه زردی خون
- ناهنجاری های دستگاه عصبی
- بیماریهای ارثی متابولیک

تشنج نوزادی براساس معاینه پزشک و گرفتن شرح حال از والدین نوزاد و انجام آزمایشاتی به شرح زیر ۱- : انجام آزمایشات خونی، کشت خونی، گرفتن مایع مغزی و تصویر برداری های پزشکی مثل سی تی اسکن یا MRI.

۳. نحوه درمان

درمان این بیماری نیاز به بستری در بیمارستان دارد. شما در منزل در صورت بروز تشنج باید اقدامات اولیه را انجام داده و سریعاً نوزاد را به بیمارستان برسانید:

- نوزاد را به پهلو خوابانده تا در صورت استفراغ محتویات داخل راه تنفسی نرود
- تب و دمای بدن نوزاد را کنترل کنید. تب بالا می تواند منجر به تشنج یا قوی کردن علائم شود.
- قنداق را باز کرده و سعی در نگه داشتن حرکات دست و پا نداشته باشید
- نوزاد را سریعاً به بیمارستان منتقل کنید

۴. داروها

پس از ترخیص پزشک به شما دارو داده است تا تشنج را در نوزاد کنترل کنید. انجام موارد زیر الزامی است تا بتوانید بهترین نتیجه را از درمان بگیرید:

- مصرف دارو ها به موقع و سر زمان مشخص
- مصرف دارو ها را بهبود یا تشدید علائم کم یا زیاد نکنید
- از دادن داروهای گیاهی یا داروهایی بدون دستور پزشک جدا خودداری کنید
- در صورت بروز عوارض دارویی حتماً به پزشک اطلاع دهید تا فرایند درمان تغییر کند
- شیر مادر از بهترین دارو ها می باشد.

- عوارض جانبی شایع شامل خواب‌آلودگی، گیجی، و تغییر رنگ ادرار است.
- اگر نوزاد توانایی مکیدن ندارن با قاشق یا سرنگ به او دارو بدهید.

۵. تغذیه و شیر مادر

- بهترین تغذیه برای نوزاد شیر مادر است
- در صورت عدم توانایی نوزاد در مکیدن، از پرستار نحوه غذا دادن به کودک را با قاشق یا لوله آموزش ببینید
- غذاهایی که موجب تحریک تشنج در نوزاد می شود را شناسایی کرده و از دادن آنها به نوزاد خودداری کنید.

از دادن غذا در هنگام تشنج و یا مشاهده علائم قبل از شروع تشنج جداً خودداری کنید.

- از دادن غذای متفرقه و بدون تایید پزشک به نوزاد خودداری کنید.
- بعد از خوردن غذا توسط نوزاد حتماً آروغ نوزاد گرفته شود
- بعد از خوردن غذا نوزاد به پهلوی بخوابانید.

۶. علائم خطر

در صورت مشاهده علائم زیر لطفاً سریعاً اقدامات اولیه را انجام دهید و نوزاد را فوراً به بیمارستان برسانید:

- کیبودی اندام ها،
- تنفس تند یا قطع تنفس،
- بی حالی و شیر نخوردن
- یا تشنج
- تب بالا

۷. مراجعه به پزشک

ادامه درمان در منزل با پیگیری های منظم و مراجعه و ویزیت توسط پزشک معالج کامل می شود. طبق دستور پزشک در وقت مناسب که از قبل تعیین شده جهت بررسی وضعیت نوزاد و نتایج آزمایشگاهی به متخصص مراجعه کنید. در صورت عدم بروز علائم هم پس ترخیص، حتماً به پزشک مراجعه کرده تا از بهبودی نوزاد اطمینان حاصل کنید.

در صورت بروز علائم خطر حتماً به پزشک متخصص یا بیمارستان مراجعه کنید چرا که مراقبت های تخصصی تشنج در نوزادان نیازمند بستری و اقدامات بیمارستانی می باشد.

۸- خودمراقبتی برای مادر

- سعی کنید آرامش خود را حفظ کنید و استرس را کاهش دهید، چون اضطراب شما می‌تواند شرایط نوزاد را سخت‌تر کند.
- داروهای نوزاد را دقیق و منظم بدهید.
- محیط نوزاد آرام، بدون نور شدید و سر و صدا باشد.
- از قراردادن تخت نوزاد در ارتفاع زیاد یا محیط خطرناک خودداری کنید.
- رعایت بهداشت دست‌ها هنگام تماس با نوزاد بسیار مهم است.

۹- سطح فعالیت مادر و نوزاد

نوزاد:

- نوزاد باید به آرامی و با ایمنی حرکت داده شود.
- در موارد تشنج، تماس فیزیکی آرام و امن داشته باشد.

مادر:

- فعالیت‌های روزانه را انجام دهید، اما مراقب خستگی و استرس باشید.
- خواب کافی داشته باشید، چون کمبود خواب مادر بر وضعیت نوزاد تاثیر می‌گذارد.

۱۰- پرسش‌های متداول

آیا تشنج همیشه خطرناک است؟

اکثر تشنجه‌ها قابل کنترل هستند، اما نیاز به پیگیری پزشکی دارند.

چگونه می‌توانم تشنج را تشخیص دهم؟

نگاه به حرکات غیرطبیعی چشم، لب، دست و پا و تغییر تنفس نوزاد

آیا داروها عوارض دارند؟

بله، اما با کنترل پزشک معمولاً ایمن هستند و عوارض به مرور کم می‌شوند.

آیا نوزادم می‌تواند با تشنج رشد طبیعی داشته باشد؟

بله، با مراقبت مناسب و داروها، بسیاری از نوزادان رشد طبیعی دارند.

چه کارهایی در خانه ممنوع است؟

- قطع خودسرانه داروها
- قرار دادن نوزاد در محیط ناامن یا بدون مراقبت
- تغذیه نامنظم یا ناقص

چگونه می‌توانم از تکرار تشنج پیشگیری کنم؟

- داروها را طبق دستور پزشک بدهید
- محیط آرام و بدون تحریک شدید نور و صدا فراهم کنید
- تغذیه مناسب و منظم داشته باشید
- پیگیری منظم رشد و EEG

منابع:

- UpToDate: Neonatal seizures: Epidemiology, clinical features, and diagnosis
- PubMed: Neonatal Seizures – Pathophysiology, Causes, and Management
- MedlinePlus: Seizures in newborns
- Volpe JJ. Neurology of the Newborn, ۶th Edition, ۲۰۱۸
- Glass HC, et al. Neonatal Seizures: Diagnosis and Management. Clin Perinatol, ۲۰۱۷