

ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳು:

ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ದೊರಕಿದಲ್ಲಿ ಮೂರ್ಛರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ 65% ಕ್ಷಿಂತ್ರ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಆರು ತಿಂಗಳೊಳಗೆ ಸೆಳೆತ ಮುಕ್ತರಾಗಬಹುದು.¹¹



References:

1. GBD 2016 Epilepsy Collaborators. Global, regional, and national burden of epilepsy, 1990-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet Neurol.* 2019 Apr;18(4):357-375.
2. India State-Level Disease Burden Initiative Neurological Disorders Collaborators. The burden of neurological disorders across the states of India: The Global Burden of Disease Study 1990-2019. *Lancet Glob Health.* 2021 Aug;9(8):e1129-e1144.
3. Hu Y, Shan Y, Du Q, Ding Y, Shen C, Wang S, Ding M, Xu Y. Gender and Socioeconomic Disparities in Global Burden of Epilepsy: An Analysis of Time Trends From 1990 to 2017. *Front Neurol.* 2021 Apr 16;12:643450.
4. Voitiuk AA. Epilepsy: Age and gender aspects. *Archives in Neurology & Neuroscience.* 2019 May 29;3(4).
5. Epilepsy or seizures – discharge [Internet]. Available at: <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000128.htm>. Accessed on Feb 13, 2023.
6. Kaur S, Garg R, Aggarwal S, Chawla SPS, Pal R. Adult onset seizures: Clinical, etiological, and radiological profile. *J Family Med Prim Care.* 2018 Jan-Feb;7(1):191-197.
7. Schachter SC. Seizure triggers [Internet] [Updated 2022]. Available at: <https://www.epilepsy.com/what-is-epilepsy/seizure-triggers/#What-are-some-commonly-reported-triggers?> Accessed on Oct 20, 2022.
8. Medical management of epilepsy [Internet]. Available at: <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/epilepsy/medical-management-of-epilepsy>. Accessed on Feb 13, 2023.
9. Safety at work [Internet]. Available at: <https://www.epilepsy.com/preparedness-safety/staying-safe/safety-work>. Accessed on Feb 13, 2023.
10. Advice for patients who have epilepsy and/or seizures [Internet] [Updated Jun 2017]. Available at: https://www.stgeorges.nhs.uk/wp-content/uploads/2015/06/AMC_SAE_01.pdf. Accessed on Oct 20, 2022.
11. Mehndiratta MM, Kukkuta Sarma GR, Tripathi M, Ravat S, Gopinath S, Babu S, Mishra UK. A Multicenter, Cross-Sectional, Observational Study on Epilepsy and its Management Practices in India. *Neuro India.* 2022 Sep-Oct;70(5):2031-2038.

IMA-INDIA-2301337-V1-0-06/2023

sanofi

Sanofi India Limited

Sanofi House CTS No. 117-B, L&T Business Park, Saki Vihar Road, Powai, Mumbai - 400072, India.

ಪುರುಷರು

sanofi



ಪುರುಷರಲ್ಲಿ
ಮೂರ್ಛರೋಗ



ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ, 100,000 ಪುರುಷರಲ್ಲಿ
330 ಜನರು ಮೂರ್ಛರೋಗದಿಂದ
ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.¹

ಭಾರತದಲ್ಲಿ 5 ದಶಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು
ಪುರುಷರು ಮೂರ್ಛರೋಗದಿಂದ
ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.²

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಬಹುಶಃ ಈ ಕೆಳಗಿನಂಥ ಅಪಾಯದ ಅಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಪುರುಷರು ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿಂತ ಸೆಳೆತದಿಂದ ಬಳಲುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ:^{3,4}



ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ
ತಲೆಗೆ ಗಾಯವಾಗುವ
ಸಾಧ್ಯತೆ



ಮದ್ಯದ ಬಳಕೆ



ನಿದ್ರೆಯ ಕೊರತೆ

ನೀವು ಮೂರ್ಛರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಸಕ್ರಿಯ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ನೀವು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿ ಸಂಭವನೀಯ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿದರೆ ಸಾಕು.⁵

ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನಶೈಲಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಯಾವುದು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.^{6,7}



ಹಗಲು ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿನ ನಿದ್ರಾಪ್ನ ಸಮಯ



ಹೊಳೆಯುವ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ದೀಪಗಳು



ನಿದ್ರೆಯಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ



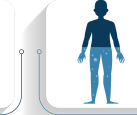
ಅತಿಯಾದ ಮದ್ಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಮದ್ಯ ಸೇವನೆ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದು



ಮಾದಕ ಔಷಧಿಗಳು



ಒತ್ತಡ



ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ



ಸೋಡಿಯಂ, ಕ್ಯಾಲ್ಷಿಯಂ, ಅಥವಾ ಗ್ಲುಕೋಸ್‌ನ ಕಡಿಮೆ ರಕ್ತದ ಮಟ್ಟಗಳು



ಅತಿಯಾದ ಕೆಫೀನ್



ಕೆಲವು ಔಷಧಿಗಳ ಬಳಕೆ



ತಪ್ಪಿಸಿದ ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳು



ಅನಾರೋಗ್ಯ (ಜ್ವರದೊಂದಿಗೆ / ಜ್ವರವಿಲ್ಲದೆ)



ಯಕೃತ್ತು ಅಥವಾ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದಾಗಿ ದುರ್ಬಲಗೊಂಡ ಮೆದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ

ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ

ತಲೆಗೆ ಗಾಯವಾಗಬಹುದಾದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ:⁸

- ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡುವಾಗ ಹೆಲ್ಮೆಟ್ ಧರಿಸಿ⁹
- ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಹೆಲ್ಮೆಟ್ ಮತ್ತು ಸೊಂಟದ ಹಗ್ಗಗಳು⁹
- ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಸುರಕ್ಷತಾ ಕ್ರಮಗಳು⁹

ಈಜುವಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಈಜಬಲ್ಲ ಸ್ನೇಹಿತರು ಯಾರಾದರೂ ಅಥವಾ ಸುಮಾರು ಒಬ್ಬ ಲೈಫ್ ಗಾರ್ಡ್ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ^{5,10}

ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ದೀಪಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಒಡ್ಡುವ ಸ್ಥಳಗಳು ಅಥವಾ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ⁵

ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಇಸ್ರಿ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಯಾರಾದರೂ ಇರಲಿ¹⁰

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರೈಲುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಹಳದಿ ರೇಖೆಗಳಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಹಿಂದೆ ನಿಂತುಕೊಳ್ಳಿ¹⁰

ಮೂರ್ಛರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಸೂಚಿಸಲಾದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಡಿ. ಮದ್ಯ / ಮನರಂಜನಾ ಮಾದಕವಸ್ತುಗಳು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವು ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ.⁵

