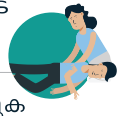
ചുഴലി സമയത്ത് ആ വ്യക്തിയുടെ ചലനങ്ങൾ തടയാൻ ശ്രമിക്കരുത്[8]

അവരുടെ ശരീരം വിറക്കുന്നത് നിന്ന ശേഷം, അവരെ വശത്തേക്ക് തിരിക്കുക. എന്നിരുന്നാലും, ചുഴലി ഉണ്ടാകുമ്പോൾ അവരുടെ വായിൽ ഭക്ഷണമോ ദ്രാവകമോ ഉണ്ടെങ്കിൽ, ഉടൻ തന്നെ അവരെ അവരുടെ വശത്തേക്ക് ചരിക്കുക.[4,7]

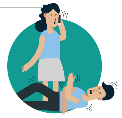
രോഗി സുഖം പ്രാപിക്കുന്നതുവരെ അവരോടൊപ്പം നിൽക്കുകയും അവരോട് ശാന്തമായി സംസാരിക്കുകയും ചെയ്യുക



സാധ്യമെങ്കിൽ, ചുഴലി ആരംഭിച്ചതും അവസാനിച്ചതുമായ സമയം ശ്രദ്ധിക്കുക

ചുഴലിക്ക് ശേഷം അവർ ഉറങ്ങുകയാണെങ്കിൽ, അവരെ ശല്യപ്പെടുത്തരുത്; എന്നിരുന്നാലും, അവരുടെ ശ്വസനം പരിശോധിക്കുക.[8]

ചുഴലി 5 മിനിറ്റിൽ കൂടുതൽ നീണ്ടുനിന്നാലോ, വ്യക്തി പൂർണ്ണമായി ബോധം വീണ്ടെടുത്തിട്ടില്ലെങ്കിലോ, ചുഴലിക്കിടെ ഗുരുതരമായി പരിക്കേറ്റാലോ അടിയന്തിര വൈദ്യസഹായം തേടുക.[7]



വസ്തുത

അപസ്മാരം ബാധിച്ച് ജീവിക്കുന്നവരിൽ 70% വരെ ആളുകൾക്ക് ചുഴലി വിരുദ്ധ മരുന്നുകളുടെ ഉചിതമായ ഉപയോഗത്തിലൂടെ ചുഴലിയിൽനിന്ന് മുക്തരാകാം.

Reference

1. Epilepsy [Internet] [Updated Feb 9, 2022]. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy. Accessed on 20 Oct 2022.
2. Trinka E, Kwan P, Lee B, Dash A. Epilepsy in Asia: Disease burden, management barriers, and challenges. Epilepsia. 2019 Mar;60 Suppl 1:7-21.
3. Evaluation of a first-time seizure [Internet]. Available at: https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/epilepsy/evaluation-of-a-firsttime-seizure. Accessed on 13 Feb 2023.
4. Seizures [Internet]. Available at: https://www.healthdirect.gov.au/seizures#how-to-help. Accessed on 13 Feb 2023.
5. Epilepsy in Children. Available at: https://medlineplus.gov/ency/article/007681.htm. Accessed on 13 Feb 2023.
6. Seizures. Available at: https://kidshealth.org/en/parents/seizure.html. Accessed on 12 Jan 2023.
7. What to do if someone has a seizure (fit) [Internet]. Available at: https://www.nhs.uk/conditions/what-to-do-if-someone-has-a-seizure-fit/#:~:text=Support%20them%20gently%20and%20cushion,until%20they%20have%20fully%20recovered. Accessed on 13 Feb 2023.
8. General first aid for seizures [Internet]. Available at: https://www.epilepsy.com/recognition/seizure-first-aid. Accessed on Feb 13, 2023.

MAT-IN-2301336-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.

അപസ്മാരത്തിൽ ആദ്യമായി

sanofi

അപസ്മാരത്തിൽ

ആദ്യമായി

ആഗോളതലത്തിൽ പ്രതിവർഷം 5 ദശലക്ഷം ആളുകൾക്ക് അപസ്മാരം നിർണ്ണയിക്കപ്പെടുന്നു. [1]

ഇന്ത്യയിൽ ഓരോ വർഷവും 1,00,000–ൽ 60 പേർക്ക് അപസ്മാരം നിർണ്ണയിക്കപ്പെടുന്നു.

നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിൽ ആർക്കെങ്കിലും അപസ്മാരമോ ചുഴലിയോ ഉണ്ടോ എന്ന് നിങ്ങൾക്ക് എങ്ങനെ തിരിച്ചറിയാനാകും?

- ചുഴലി സമയത്ത്, ആ വ്യക്തി തന്റെ പ്രവർത്തനത്തിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നത് നിർത്തുകയും, തുറിച്ചുനോക്കുകയും വേഗത്തിൽ കണ്ണ് ചിമ്മുകയും അല്ലെങ്കിൽ ആശയക്കുഴപ്പത്തിലായാതായി കാണപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നതായി നിങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ചേക്കാം. [3,4]
- അവർ പെട്ടെന്ന് വീണേക്കാം [3]
- അവരുടെ കൈകളോ കാലുകളോ തുടർച്ചയായി വിറയ്ക്കുന്നു [3]
- അവരുടെ ശരീരം ദൃഢമാകുന്നു [3]
- മൂത്രമൊഴിക്കുന്നതിനോ മല വിസർജനത്തിനോ ഉള്ള നിയന്ത്രണം അവർക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ടേക്കാം [3]
- നിങ്ങൾ ചോദിക്കുന്ന ഒന്നിനോടും അവർ പ്രതികരിച്ചേക്കില്ല
- അവരുടെ വായിൽ നിന്ന് അധിക ഉമിനീർ വന്നേക്കാം [4]
- ചവയ്ക്കുന്നത് പോലുള്ള ആവർത്തിച്ചുള്ള ചലനങ്ങൾ അവർ നടത്തുന്നുണ്ടാകാം [4]
- അവർ നിരന്തരം തല കുലുക്കിയേക്കാം, തുടർന്ന് ബോധം അല്ലെങ്കിൽ അവബോധം നഷ്ടപ്പെടുകയോ ചെയ്യും [3]
- ചിലർക്ക് ശ്വസന പ്രശ്നങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടാം, അവരുടെ ചുണ്ടുകൾ നീലകലർന്ന നിറമാകാം [3]
- കൂടാതെ, ചുഴലിക്ക് തൊട്ടുമുമ്പ്, ചിലർക്ക് തരിപ്പോ, അവിടെ ഇല്ലാത്ത എന്തെങ്കിലും മണമോ പോലെയുള്ള വിചിത്രമായ സംവേദനങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. അവർക്ക് അസ്വസ്ഥതയോ പരിഭ്രമമോ അനുഭവപ്പെടാം. [3,5]

ഒരു ചുഴലിക്ക് ശേഷം, വ്യക്തിക്ക് ആശയക്കുഴപ്പം, ക്ഷീണം, ഉറക്കം, ദാഹം അല്ലെങ്കിൽ തലവേദന എന്നിവ അനുഭവപ്പെടാം. ഇത് കുറച്ച് മിനിറ്റ് നീണ്ടുനിന്നേക്കാം. [3,4,6]

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ ഒരാൾക്ക് ചുഴലി ഉണ്ടാകുന്നത് ആദ്യമായി കാണുമ്പോൾ നിങ്ങൾ ഉത്കണ്ഠാകുലരായേക്കാം. എന്നിരുന്നാലും, അത്തരം സമയങ്ങളിൽ, നിങ്ങൾ ശാന്തത പാലിക്കുകയും അവരെ സഹായിക്കാൻ ഈ ലളിതമായ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുകയും വേണം:

അവർ നിലത്ത് കിടക്കുകയാണെങ്കിൽ, അവരുടെ തലയ്ക്ക് താഴെ മൃദുവായ എന്തെങ്കിലും വയ്ക്കുക. [7]

വീൽചെയറിൽ ഇരിക്കുന്ന വ്യക്തിയാണെങ്കിൽ, ബ്രേക്കും സീറ്റ് ബെൽറ്റും ഇട്ട് തലക്ക് പിന്നിൽ കുഷ്യൻ വയ്ക്കുക. എന്നാൽ, അവരെ നീക്കാൻ ശ്രമിക്കരുത്. [7]

പരിക്ക് തടയാൻ അടുത്തുള്ള വസ്തുക്കൾ നീക്കുക [8]

കഴുത്തിന് ചുറ്റും കോളർ ബട്ടണോ ടൈയോ പോലുള്ള ഇറുകിയ വസ്ത്രങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് നീക്കം ചെയ്യുക. ഇത് രോഗിയെ ശ്വസിക്കാൻ സഹായിക്കും. [7]

അവർ പൂർണമായി സാധാരണ നിലയിൽ ആയില്ലെങ്കിൽ വെള്ളം, ഭക്ഷണം, മരുന്നുകൾ തുടങ്ങിയ ഒന്നും അവരുടെ വായിൽ വയ്ക്കരുത്. കാരണം, ഭക്ഷണമോ വെള്ളമോ മരുന്നുകളോ അവരുടെ ശ്വാസകോശത്തിലേക്ക് പോകുകയും ശ്വാസംമുട്ടലിന് കാരണമാകുകയും ചെയ്യും. [7,8]

അവർ ശരിയായി ശ്വസിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക [8]