

వాస్తవాలు:

మూర్ఛతో జీవిస్తున్న వారిలో **65%** కంటే ఎక్కువ మంది సరైన చికిత్సతో ఆరు నెలల్లో మూర్ఛని తగ్గించుకోవచ్చు.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. *Neurol India.* 2022 Sep-Oct;70(5):2031-2038.

IMA-IN-2301337-V1-06-06/2023

పురుషులు

sanofi



పురుషుల్లో
మూర్ఛ

sanofi

Sanofi India Limited

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



ప్రపంచవ్యాప్తంగా, 100,000 మంది పురుషులలో 330 మంది మూర్ఛ వ్యాధితో బాధపడుతున్నారు.¹

భారతదేశంలో 5 మిలియన్లకు పైగా పురుషులు మూర్ఛ వ్యాధితో బాధపడుతున్నారు.²

సాధారణంగా, మహిళల కంటే పురుషులు మూర్ఛలతో బాధపడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది, బహుశా ఇలాంటి ప్రమాద కారకాలకు ఎక్కువగా గురికావడం వల్ల కావచ్చు.^{3,4}



పనిప్రదేశంలో తలకు గాయం అయ్యే అవకాశం



మద్యం వినియోగం



నిద్ర లేకపోవడం

మీరు మూర్ఛతో బాధపడుతుంటే, మీరు చురుకైన జీవనశైలి గడవలేరని దీని అర్థం కాదు. మీరు ముందుగానే ప్లాన్ చేసుకుని సాధ్యమయ్యే ప్రమాదాలని నివారించాలి.⁵

మీరు మీ రోజువారీ జీవనశైలికి అనుగుణంగా ఉండే కొన్ని చిట్కాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

ఈ పరిస్థితిని ఏది ప్రేరేపించగలదో అర్థం చేసుకుని వాటిని నివారించండి^{6,7}

 పగలు లేదా రాత్రి నిర్దిష్ట సమయం	 ప్రకాశవంతమైన లైట్లు	 నిద్ర లేమి	 అధిక ఆల్కహాల్ వినియోగం లేదా ఆల్కహాల్ ఆకస్మికంగా మానేయడం	 వినోద మాదకద్రవ్యాలు	 ఒత్తిడి	 డీసైండిషన్
-------------------------------------	-------------------------	----------------	---	-------------------------	-------------	----------------

 సోడియం, కాల్షియం లేదా గ్లూకోజ్ తక్కువ రక్త స్థాయిలు	 అధిక కెఫిన్	 కొన్ని మందుల వాడకం	 మందులు క్రమంగా వాడకపోవడం	 అనారోగ్యం (జ్వరంతో/లేకుండా)	 కాలేయం లేదా మూత్రపిండాలు సమస్యల కారణంగా మెదడు పనితీరు దెబ్బతినడం
---	-----------------	------------------------	------------------------------	---------------------------------	--

రోజువారీ పనులు చేసేటప్పుడు జాగ్రత్తలు తీసుకోండి

తలకు గాయం అయ్యే పనులు చేస్తున్నప్పుడు మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోండి,⁸ ఉదా:

- స్పార్ట్స్ ఆడుతున్నప్పుడు హెల్మెట్ వెట్టుకోవడం⁸
- ఎత్తులో పనిచేసే వారికి హెల్మెట్ మరియు నడుముకి హార్నెస్⁹
- యంత్రాల చుట్టూ పనిచేసే వారికి సేఫ్టీ గార్డులు⁹

ఈత కొడుతున్నప్పుడు, మీకు దగ్గరలో ఈత వచ్చిన స్నేహితుడు లేదా దగ్గరలో లైఫ్ గార్డ్ ఉండేటట్లు చూసుకోండి^{5,10}

ప్రకాశవంతమైన లైట్లకు మిమ్మల్ని బహిర్గతం చేసే స్థలాలు లేదా పరిస్థితులను నివారించండి⁵

బట్టలు ఇస్త్రీ చేసేటప్పుడు మీ చుట్టూ ఎవరైనా ఉండేటట్లు చూడండి¹⁰

పబ్లిక్ రైళ్లను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు పసుపు గీతల వెనుక నిలబడండి¹⁰

మూర్ఛ చికిత్సకి సూచించిన మందులని మిస్ చేయకుండా పేసుకోండి. ఆల్కహాల్/వినోద మాదకద్రవ్యాలని నివారించండి ఎందుకంటే అవి మీ శరీరం మందులకు ప్రతిస్పందించే విధానాన్ని మార్చగలవు.⁵

