

सीजर्स (दौरा पर्नु)

Seizures

Seizures are sudden, uncontrolled changes in brain activity. They are a sign that there is a problem in the brain. Most seizures cause a loss of awareness and shaking of the body. Sometimes, they cause staring spells.

Most seizures last less than a 2 minutes, and the person may be confused after the seizure. A person who has repeated seizures may have a disease called epilepsy.

Causes of Seizures

It is not always known why a person has seizures. Causes may include:

- Epilepsy
- Brain injury or tumors
- Infections
- Alcohol or drug use
- Low sodium or blood sugar levels
- Kidney or liver failure
- Alzheimer's disease
- Stroke
- Lack of oxygen during birth or a medical condition present at birth

Signs of Seizures

Some people feel a warning sign before the seizure, called an aura. This may be a headache, changes in vision, hearing noises or smelling a scent such as smoke.

दिमागको गतिविधिमा अचानक हुने अनियन्त्रित परिवर्तनले गर्दा सीजर हुन्छ अर्थात् रोगले एकास्सि आक्रमण गर्छ। यी यस्ता लक्षणहरू हुन् जसले यो बताउँछन् कि दिमागमा कुनै समस्या छ। रोगले एकास्सि आक्रमण गर्ने अधिकांश मामिलाहरूमा व्यक्तिले चेतना गुमाउँछ अनि उसको शरीर काँप्न थाल्छ। कतिपय अवसरहरूमा, यसको कारणले व्यक्तिले एकटक भएर हेरिबस्छ।

अधिकांश मामिलाहरूमा रोगको यस्तो अचानक आक्रमण 2 मिनटभन्दा पनि कमै समयको लागि हुन्छ, अनि यस्तो आक्रमण पश्चात् व्यक्ति भ्रमित अवस्थामा हुन्छ। पटक-पटक रोगको यस्तो आक्रमणले ग्रस्त हुने व्यक्तिलाई एक बिमारी भएको हुन्छ जसलाई छारे रोग भनिन्छ।

रोगको अचानक आक्रमणका कारणहरू

व्यक्तिलाई रोगले किन यसरी अचानक आक्रमण गर्छ, त्यसको कारण सदैव बताउन सकिँदैन। कारणहरूमा निम्नहरूलाई सामेल गर्न सकिन्छन्:

- छारे रोग
- दिमागमा चोटपटक लाग्नु वा ट्युमर (अर्बुद)
- सङ्क्रमण हुने
- रक्सी वा लागू पदार्थहरूको सेवन
- सोडियम वा रगतमा चिनीको स्तर कम हुनु
- मिर्गौलो वा कलेजोले काम नगर्नु
- आल्सहाइमर्ज (स्मरणशक्ति विस्तारै हराउँदै जाने) रोग
- हृदयाघात
- जन्मको समयमा अक्सिजनको अभाव अथवा जन्मको समयमा उपस्थित चिकित्सकीय अवस्था

रोगको अचानक आक्रमणका लक्षणहरू

यस्तो आक्रमणभन्दा पहिले कतिपय मानिसहरूले चेतावनीको सङ्केत प्राप्त गर्छन्, जसलाई औरा (पूर्वाभास) भनिन्छ। यो टाउको दुख्नु, दृष्टिमा परिवर्तन, होहल्ला सुन्नु वा धुवाँको जस्तो गन्ध सुघ्नु हुनसक्छ।

During a seizure there may be:

- Body motions they cannot control, such as stiffening, jerking or facial muscle movements
- Staring spells
- Problems breathing
- Drooling
- Loss of bowel or bladder control
- Loss of consciousness, loss of memory or confusion

Call 911 right away if the person has never had a seizure before or if the seizure lasts longer than 5 minutes.

Try to write down what happens during the seizure. Include the date, time, how long it lasted and body motions.

The person may be very tired and confused after the seizure.

Treatment

Treatment is based on the cause of the seizure:

- If this is the first time the person has had a seizure, the doctor will ask about signs and check to see if there is a medical condition that caused it. Blood tests and other tests may be done, such as computerized tomography (CT) scan, magnetic resonance imaging (MRI), electroencephalogram (EEG) or lumbar puncture may be done.
- A seizure caused by a high fever or a certain medicine is treated by removing the cause.
- For a person with epilepsy, a seizure may be a sign that his or her medicine may need changed.

Most seizures can be managed with medicine. If medicine does not decrease the person's seizures, surgery may be an option.

रोगको अचानक आक्रमणमा निम्न कुराहरू हुन सक्छन्:

- शरीर कक्रक्क हुनु, हल्लिनु वा अनुहारका मांसपेशीहरू चलमलाउनु जस्ता शारीरिक गतिविधिहरू जसमाथि उनीहरूले नियन्त्रण गर्न सक्दैनन्।
- एकटक भएर हेरिरहनु
- सास फेर्नमा समस्या
- राल निकाल्ने
- मल-मूत्र त्यागमाथि नियन्त्रण गुमाउनु
- होस हराउनु, स्मरण शक्ति गुमाउनु वा भ्रमित हुनु

यदि व्यक्तिलाई पहिले कहिल्यै रोगको अचानक आक्रमण भएको थिएन अथवा सीजर 5 मिनटभन्दा बढी समयसम्म कायम रहिरह्यो भने, तुरुन्तै 911-मा फोन गर्नुहोस्।

यस्तो आक्रमणको समयमा के भइरहेछ, त्यसलाई लेखेर राख्ने प्रयास गर्नुहोस्। यसमा तारिख, समय, सीजरको अवधि अनि शरीरको हावभावलाई सामेल गर्नुहोस्।

सीजर पश्चात् व्यक्ति अति नै थकित तथा भ्रमित अवस्थामा हुन सक्छ।

उपचार

उपचार रोगको अचानक आक्रमणको कारणमाथि आधारित हुन्छ:

- यदि व्यक्तिलाई प्रथमपल्ट सीजर भएको छ भने, डक्टरले लक्षणहरूबारे सोध्नेछन् अनि यस्तो कुनै चिकित्सकीय अवस्थाको पत्तो लगाउने प्रयास गर्नेछन् जसले गर्दा रोगले अचानक आक्रमण गरेको थियो। कम्प्युटरीकृत टोमोग्राफी (CT) स्क्यान, म्याग्नेटिक रेजोनेन्स इमेजिङ्ग (MRI), इलेक्ट्रोएनसेफेलोग्राम (EEG) वा लम्बर पंक्चर (कटि-प्रदेशमा छिद्र गेरर मेरू-द्रव निकाल्नु) जस्ता रक्त जाँचहरू तथा अन्य जाँचहरू गर्न सकिन्छन्।
- तीव्र ज्वरो अथवा कुनै औषधिको कारणले गर्दा सीजर भएको छ भने, त्यो कारणलाई हटाएर त्यसको उपचार गरिन्छ।
- छारे रोगले ग्रस्त व्यक्तिलाई सीजर भयो भने, त्यो उसको औषधि बदलिने आवश्यकताको सङ्केत हुन सक्छ।

सीजरका अधिकांश समस्याहरूलाई औषधिद्वारा ठीक पार्न सकिन्छ। यदि औषधिले व्यक्तिका सीजरहरूलाई कमती पार्न सकेन भने, शल्यचिकित्सा एक विकल्प हुन सक्छ।

Safety Concerns

- A person with epilepsy should always wear a medical alert necklace or bracelet.
- Some people need to wear helmets to prevent head injuries.
- If the person has uncontrolled seizures, he or she cannot drive.
- A person with controlled seizures may be able to get a restricted license to drive under certain conditions. Talk to the doctor for more information.
- A person with uncontrolled seizures should avoid activities where a seizure could cause serious injury. Examples include climbing, biking and swimming alone.

Talk to the doctor or nurse if you have any questions or concerns or for information about support groups.

सुरक्षा चिन्ताहरू

- छारे रोगले ग्रस्त व्यक्तिले सदैव चिकित्सकीय सतर्कता माला वा कङ्कन लगाउनुपर्छ।
- कतिपय मानिसहरूको लागि हेल्मेट लगाउने आवश्यकता पर्छ जसमा उनीहरूको टाउकोलाई चोटपटक लाग्नुबाट बचाउन सकियोस्।
- यदि व्यक्तिले उसलाई हुने सीजरहरूमाथि नियन्त्रण गर्न सक्दैन भने, उसले गाडी हाँक्नु हुँदैन।
- यदि व्यक्तिले उसलाई हुने सीजरहरूमाथि नियन्त्रण गर्न सक्छ भने, उसले प्रतिबन्धित लाइसेन्स प्राप्त गर्न सक्छ जसको आधारमा उसले कतिपय शर्तहरूका साथ गाडी चलाउन सक्छ। अधिक जानकारीको लागि डक्टरसित कुराकानी गर्नुहोस्।
- यदि व्यक्ति आफूले नियन्त्रण गर्न नसक्ने सीजरले ग्रस्त छ भने, उसले ती गतिविधिहरू गर्नु हुँदैन, जसमा सीजर भएको खण्डमा, उसलाई गम्भीर चोटपटक लाग्ने सम्भावना हुन्छ। यसका उदाहरणहरूमा पर्वतारोहण, बाइक चलाउनु अनि एक्लै पौडिनु सामेल छन्।

यदि तपाईंसित कुनै प्रश्नहरू वा चिन्ताहरू छन् वा तपाईं समर्थनकारी समूहहरूबारे जानकारी चाहनुहुन्छ भने, डक्टर वा नर्ससित कुराकानी गर्नुहोस्।