ایپی لیپسی (مرگی)

Epilepsy

PAKISTAN ASSOCIATION FOR MENTAL HEALTH

PAKISTAN ASSOCIATION
FOR
MENTAL HEALTH

SHAMIL PROJECT

Implementing Partners

HANDS   KARWAN-E-HAYAT   PAKISTAN ASSOCIATION FOR MENTAL HEALTH

In colloboration with

AMAN FOUNDATION   THE I-CARE FOUNDATION

PAKISTAN ASSOCIATION FOR MENTAL HEALTH

Office : 13, Hilal-e-Ahmer House, Clifton, Karachi.
Phone : 021-35833238 Fax : 021-35831011

Clinic : Room # 19 - 21 - 22, Rehman Plaza
Coast Guard Road, Karachi.
Phone : 021-32232423, 32257245
Cell : 0300-2553359

www.pamh.org.pk

اپی لپیسی (مرگی)

اپی لپیسی (مرگی) دماغی بیماریوں کی ایک قسم ہے۔ دماغ کے خلیوں کا کام با قاعدہ برقیاتی اخراج ہے دماغی خلیوں سے عارضی طور پر بے قائدہ برقیاتی اخراج مرگی کے دورے کا سبب بنتا ہے۔ یہ حالت چند سیکنڈ تک قائم رہتی ہے۔ مرگی کے دورے میں پٹھوں کا کھنچاؤ، اکڑاہٹ، جھٹکے، بدحواسی اور بے مقصد جسمانی حرکت ہوتی ہے۔

اپی لپیسی (مرگی) کے بارے میں پائے جانے والے مفروضات:

- چونکہ مرگی کے دورے میں مریض کی حرکات عجیب وغریب ہوتی ہیں اسی لئے مریض پر جن یا سایہ ہے۔
- مرگی کے مریض کو جوتا سنگھانے سے دورہ ختم ہوجاتا ہے۔
- مرگی چھوت کا مرض ہے اسلئے مرگی کے مریض کے برتن، کپڑے اور رہنے کی جگہ علیحدہ کردینی چاہئے۔
- مرگی کے مریض کی شادی کردینے سے دورے پڑنا بند ہوجاتے ہیں۔
- پانی کو دیکھنے سے مرگی کا دورہ پڑسکتا ہے۔
- مرگی کا مریض معمول کی زندگی نہیں گذار سکتا۔
- مرگی کا مریض پڑھنا لکھنا یا ملازمت نہیں کرسکتا۔

اپی لپیسی (مرگی) کی وجوہات:

اپی لپیسی (مرگی) کی کوئی ایک وجہ نہیں ہے بلکہ اس کی متعدد وجوہات ہیں۔ یہ دماغ کی چوٹ یا اس کے افعال کے متاثر ہونے سے ہوسکتی ہے۔ زیادہ تر مرگی کا پہلا دورہ پیدائش سے لیکر بیس سال کی عمر میں ہوتا ہے۔ اس کی عام طور پہ وجہ پیدائشی نقائص اور گردن توڑ بخار وغیرہ ہوسکتے ہیں۔

☆ ڈاکٹر کے مشورے اور ان سب ہدایات پر عمل کرنے کے بعد اپی لپسی (مرگی) کے مریض:

- تعلیم جاری رکھ سکتے ہیں۔
- کھیل اور دیگر تفریحی سرگرمیوں میں شرکت کرسکتے ہیں۔
- ملازمت کرسکتے ہیں
- شادی کرسکتے ہیں۔
- صاحبِ اولاد بن سکتے ہیں۔

تیز اور غیر متوازن جلملاتی روشنی جیسے بہت قریب سے ٹی وی دیکھنا کمپوٹر گیم کا زیادہ دیر تک استعمال

خاتون مریضہ میں مخصوص ایام

ڈاکٹر کی بتائی ہوئی ہدایات کے مطابق دوا استعمال نہ کرنا۔

اپی لیپسی (مرگی) کا دورہ پڑنے کی صورت میں مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر کرنی چاہئیں:

☆ کچھ مریضوں کو دورے سے قبل ہی اندازہ ہو جاتا ہے کہ ان کو دورہ پڑنے والا ہے اس لئے ان کو چاہئے کہ فوراً بستر پر لیٹ جائیں۔

☆ اگر کسی کو دورہ پڑتے دیکھیں تو خود پُرسکون رہیں اور مریض کو مناسب جگہ آرام سے لٹا دیں۔

☆ مریض کے دورہ کو اپنی جسمانی طاقت سے روکنے کی کوشش نہ کریں۔

☆ مریض کو اگر کسی خطرناک جگہ مثلاً مصروف سڑک پر دورہ پڑے تو اسے وہاں سے ہٹالیں جہاں مریض کو لٹائیں، وہاں سے سخت، گرم اور دھار روالی اشیاء ہٹادیں کیونکہ ان سے زخم لگنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ مریض کے سر کے نیچے کوئی نرم چیز رکھ دیں۔

☆ مریض کی عینک اور مصنوعی دانت اتار لیجئے اور کسے ہوئے کپڑے جیسے گلے میں پڑی ہوئی ٹائی، مفلر، کالر وغیرہ ڈھیلے کر دیں۔

☆ بجائے اس کے کہ آپ ڈاکٹر کو لینے بھاگیں مریض کو خود سنبھالا جاسکتا ہے کیونکہ ڈاکٹر کے آنے تک دورہ خود ہی ختم ہو جاتا ہے۔

☆ دورے کے دوران مریض کے دانتوں کے درمیان کوئی چیز ٹھونسنے کی کوشش نہ کیجئے کیونکہ زبان کو کٹنے سے بچانے کی کوشش میں آپ مریض کو زیادہ نقصان پہنچا سکتے ہیں۔

☆ دورے کے دوران مریض کو کچھ کھلانے پلانے کی ہرگز کوشش نہ کریں۔

☆ دورہ ختم ہونے کے بعد مریض کو کروٹ لٹادیں تاکہ اس کے منہ سے تھوک وغیرہ نکل جائے۔

☆ دورہ ختم ہونے کے بعد کچھ مریض ذہنی طور پر ماؤف ہو جاتے ہیں لیکن یہ صرف وقتی طور پر ہوتا ہے۔

☆ اگر مریض سونا چاہے تو اسے آرام کرنے دیں۔

☆ جب تک مریض مکمل طور پر بیدار نہ ہو جائے اسے کوئی بھی مشروب مت پلائیں۔

☆ صرف ایک دورہ ہونے کی صورت میں مریض کو طبی امداد کی ضرورت نہیں لیکن ایک سے زیارہ دورے پڑیں تو ڈاکٹر سے فوراً رجوع کریں۔

اپی لیپسی (مرگی) کی تشخیص:

مرگی کی تشخیص کے لئے ڈاکٹر مندرجہ ذیل تفصیلات اور معائینے کرواتے ہیں:

۱۔ میڈیکل ہسٹری: ڈاکٹر کو دورے کی مکمل کیفیت اور تفصیل درکار ہوتی ہیں۔ خاندانی حالات، مریض کی ذاتی تفصیل، بچپن سے بڑے ہونے تک۔ اس کے علاوہ سماجی و ذہنی اور جذباتی کیفیات کے متعلق بھی معلومات جمع کی جاتی ہیں جو علاج کرنے میں مدد دیتی ہیں۔

۲۔ جسمانی معائنے اور لیبارٹری ٹیسٹ۔

۳۔ اعصابی معائینہ: دماغ کے مختلف ٹیسٹ کئے جاسکتے ہیں، مثلاً C.T. Scan, EEG, MRI تاکہ دماغ کے زخم کا پتہ لگایا جاسکے۔

اپی لیپسی (مرگی) کی اہم اقسام:

مرگی کی صحیح تشخیص ڈاکٹر ہی کر سکتا ہے۔ عام طور پر دو قسم کے دورے ہوتے ہیں۔

۱۔ چھوٹے دورے

اس کے دوران مریض تھوڑی دیر کے لئے گم سم ہو جاتا ہے۔۔ مریض چند سیکنڈ کے لئے محسوس کرتا ہے کہ اس کا دماغ غائب ہو گیا تھا۔ ان دوروں میں صرف ایک ہاتھ یا پیر یا چہرے کے آدھے حصے میں غیر ارادی طور پر کھنچاؤ محسوس ہوتا ہے۔

۲۔ بڑے دورے

اس کے دوران مریض بیہوش ہو کر گر جاتا ہے۔ سانس کچھ سیکنڈ کے لئے رک جاتا ہے۔ پٹھوں میں کھنچاؤ پیدا ہوتا ہے، اور غیر ارادی طور پر حرکت ہوتی ہے۔ جسم کبھی اکڑتا ہے اور کبھی ڈھیلا پڑ جاتا ہے۔ جھٹکوں کی کیفیت ہوتی ہیں۔ اس دورے کی مدّت دو سے تین منٹ ہوتی ہے۔ مریض ہوش میں آ کر متلی یا سر درد کی شکایات کرتا ہے۔ اسکے بعد اسکو نیند آجاتی ہے۔ مریض کو اپنے دورے کے بارے میں کچھ یاد نہیں رہتا۔

اپی لیپسی (مرگی) کے دوروں کو ابھارنے والے عوامل:

- بہت زیادہ تھکن
- نیند کی کمی
- ذہنی پریشانی
- تیز بخار
- خون میں گلوکوز کی کمی جو کھانے کے ناغے سے ہو سکتی ہے۔
- بہت زیادہ جسمانی مشقت

اپی لیپسی (مرگی) کا علاج:

☆ آجکل مرگی کی بے شمار ادویات دستیاب ہیں جو ڈاکٹر کے مشورے کے بعد با آسانی مرگی کے دوروں کو ختم کرنے کے لئے استعمال کی جا سکتی ہیں۔

☆ ڈاکٹر کی ہدایات کے مطابق دوا کا روزانہ استعمال بہت ضروری ہے۔ صرف ڈاکٹر ہی یہ فیصلہ کر سکتا ہے کہ دوا کب کیوں اور کتنے عرصے تک استعمال کرنی ہے۔

☆ خواتین مریض حمل کا ارادہ کرنے سے پہلے ڈاکٹر سے ضرور مشورہ کریں کیونکہ یہ ادویات بچے کی نشو و نما پر اثر انداز ہوتی ہیں۔

☆ آپریشن: مرگی کے دورے اگر دواؤں سے ختم نہ ہوں تو چند منتخب صورتوں میں آپریشن کا مشورہ دیا جا سکتا ہے۔

☆ اپی لیپسی (مرگی) کے مریض کامیاب زندگی گزار سکتے ہیں اگر وہ مندرجہ ذیل اصول اپنائیں۔

- اپنے آپ کو صحت مند سمجھیں۔
- ڈاکٹر کی ہدایات پر عمل اور تجویز کردہ دواؤں کا مسلسل استعمال کریں۔
- متوازن غذا کا استعمال۔
- روزانہ ورزش (ڈاکٹر کی ہدایات کے مطابق کریں)۔
- روزمرہ کے کام کاج میں مشغولیت / کسی اچھے مشغلے کا چناؤ کریں۔
- دماغی انتشار سے ممکنہ حد تک بچاؤ کریں۔
- اپنی نیند پوری کریں۔