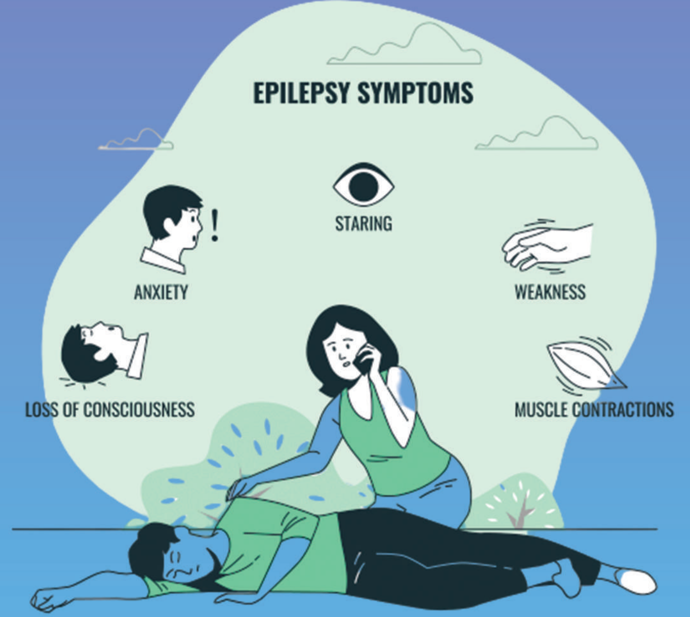
வலிப்பு நோய் (Epilepsy) என்றால் என்ன ?

வலிப்பு நோய் (Epilepsy) என்பது மூளையை பாதித்தலால் மீண்டும் மீண்டும் வலிப்பை ஏற்படுத்தும் ஒரு நோயாகும். வலிப்பு நோய் என்பது மூளையில் ஏற்படும் திடீர் மின்புயல்களை போன்றது, இது இயல்பான செயல்பாட்டில் தற்காலிக இடையூறுகளுக்கு வழிவகுக்கும்.

இந்த இடையூறுகள் கைகள் மற்றும் கால்களின் அசாதாரண அசைவுகள், அசாதாரண நடத்தைகள், உணர்வு இழப்பு அல்லது குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு விழிப்புணர்வு இழப்பு போன்றவற்றை ஏற்படுத்தலாம். வலிப்பு நோய் (Epilepsy) யாரையும் பாதிக்கலாம், சரியான பாதுகாப்பு மற்றும் பராமரிப்பு இருக்கும் வலிப்பு நோயாளிகள் பலர் தங்கள் அன்றாட செயல்பாடுகளை தன்னிச்சையாகவும் மற்றும் சுறுசுறுப்பாகவும் நடத்துகின்றன



ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட ஊனமுற்றோர்களுக்கிடையேயான வலிப்பு நோய்

ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட ஊனமுற்ற நபர்கள் வலிப்பு நோய்க்கு ஆளாகலாம், ஏனெனில் அவர்களின் மூளையில் அடிப்படை மரபணு காரணிகள் அல்லது வளர்ச்சியின் போது ஏற்பட்ட சிக்கல்கள் காரணமாக மூளையின் அமைப்பு அல்லது செயல்பாட்டில் ஏற்படும் பல்வேறு மாற்றங்களால் பாதிக்கப்படலாம்.

சமூகத்தில் உள்ள ஆதரவும், விழிப்புணர்வும் ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட ஊனமுற்றோர் மற்றும் வலிப்பு நோய்க்கு பாதிக்கப்பட்ட நபர்களின் நல்வாழ்வை உறுதி செய்வதில் பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும்.

வலிப்பு நோய்களுக்கான காரணங்கள்

- மரபியல் குறைபாடு
- மூளையில் ஏற்படும் காயங்கள்
- வளர்ச்சி படிநிலை குறைபாடு
- தொற்றுக்கள் (மூளைக்காய்ச்சல்)
- மூளைகளில் ஏற்படும் கட்டிகள்
- அசாதரண மூளை இரத்த நாள அடைப்பு
- பக்கவாதம் மற்றும் கார்டியோவாஸ்குலர் பிரச்சினைகள்
- வளர்சிதை மாற்றக் கோளாறுகள்

வலிப்பு நோயை தூண்டும் காரணிகள்

- வலிப்பு நோய் தடுக்கும் மருந்துகளை தவிர்த்தல்.
- தூக்கமின்மை.
- மனழுத்தம் மற்றம் பதட்டம்
- மீண்டும் மீண்டும் ஒளிரும் விளக்குகள்
- போதைப்பொருள் மற்றும் மதுபான பயன்பாடு
- ஹார்மோன் மாற்றம்
- காய்ச்சல் மற்றும் நோய்கள்
- சில உணவுகள் மற்றும் பானங்கள்
- நீரிழிவு
- அதிக உழைப்பு அல்லது சோர்வு

வலிப்பு நோயின் அறிகுறிகள்

- கை மற்றும் கால்களில் தன்னிச்சையான அசைவுகள்.
- சுயநினைவு இழப்பு.
- உதட்டை கடித்தல் அல்லது கைகளை தேய்த்தல் போன்ற தொடர்ச்சியான அசைவுகள்.
- வலிப்புக்கு பிறகு குழப்பான மனநிலை.
- வலிப்பின் பொழுது கட்டுப்பாடற்ற ஒலிகளோ அல்லது குரல்களோ எழுப்புதல்.
- எந்த காரணமின்றி தீடிரென விழுதல்.
- சுயவுணர்வின்றி மலம் மற்றும் சிறுநீர் கழித்தல்.
- ஒருங்கிணைந்த விறைப்பு மற்றம் குலுங்கள் போன்ற இயக்கங்கள்.

கீழ்க்கண்ட அறிகுறிகள்: யாராவது பாதிக்கப்பட்டதை நீங்கள் கண்டால்

செய்யவேண்டியவை

- தன்னையும் தன்னை சுற்றி இருப்பவர்களை பதற்றமின்றி வைத்திருத்தல்.
- காற்றோட்டமான சூழலை உருவாக்குதல்.
- தீங்கிழைக்கும் பொருட்களை அகற்றி, பாதுகாப்பான சூழல் மற்றும் தலையணையை வழங்குதல்.
- வலிப்பு முடியும் வரை அல்லது முழு விழிப்புணர்வு அடையும் வரை வலிப்பு வந்த நபருடன் இருத்தல்.
- வலிப்பு ஏற்பட்ட நேரத்தை குறித்துக்கொள்ளவும்: வலிப்பு அதிகபட்சமாக 5 நிமிடத்திற்கு மேலாக நீடித்தாலோ அல்லது தொடர்ந்தலோ, அவசர மருத்துவ உதவியை நாடுங்கள்.
- பாதிக்கப்பட்ட நபரை ஒரு புறமாக இடது பக்கம் திருப்பவும்.
- மூச்சுத்திணறலைத் தடுக்கவும் மற்றும் சுவாசப்பாதையை சீராக வைக்கவும், சீரான சுவாசத்தை உறுதி செய்ய, நபரின் கழுத்தில் அணிந்திருக்கும் இறுக்கமான ஆடைகளை மெதுவாக தளர்த்தவும்.
- நிதானமாகவும் நம்பிகையுடனும் பேசுதல்: வலிப்புத்தாக்கங்களுக்கு பிறகு, பாதிக்கப்பட்ட நபருக்கு ஆறுதல் அளிக்கவும் மற்றும் மனநிலையை மாற்றியமைக்க உதவுதல்.
- நபரின் அவசரகால தொடர்புக்கு, தகவலை வழங்கக்கூடிய மருத்துவ அடையாள அட்டையை தேடி தகவலை தெரிவிக்கவும்.

செய்யக்கூடாதவை

- அச்சம் தவிர்.
- வாய்க்குள் எந்த பொருட்களையும் வைக்க கூடாது.
- கைகளில் கூர்மையான பொருட்களாகிய சாவி, இரும்புத்துண்டு போன்ற பொருட்களை வழங்க கூடாது.
- வலிப்பில் இருக்கும் நபரின் இயக்கங்களை கட்டுப்படுத்த வேண்டாம்
- வலிப்பின் பொழுது தண்ணீர் அல்லது உணவு வழங்க வேண்டாம்.
- வலிப்பு வந்த நபரை தனிமையாக விடுதல் கூடாது.
- வலிப்பு வந்த நபரை நடிக்கிறார் என்று அனுமானிக்க கூடாது.

இந்த பிரசுரத்தை பதிவிறக்கம் செய்ய மேலே உள்ள QR குறியீட்டை க்ளிக் செய்யவும்

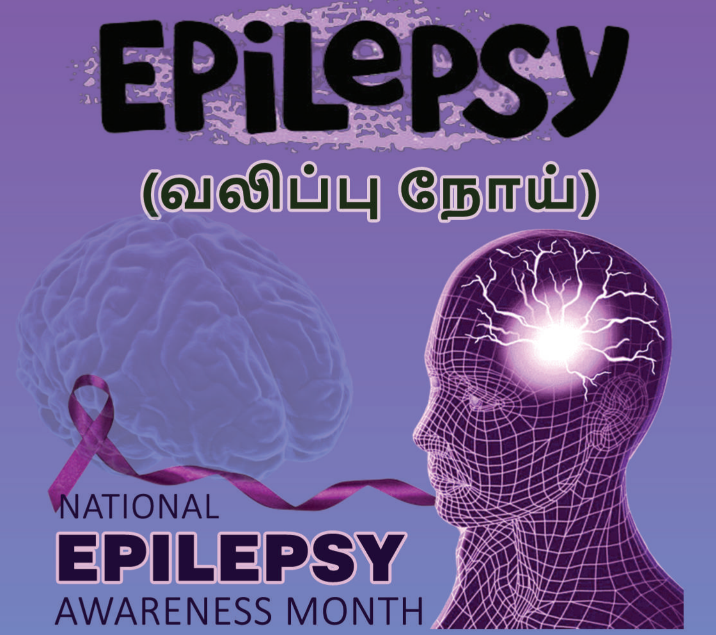
ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட ஊனமுற்றோருக்கு மீண்டும் மீண்டும் வலிப்பு வருவதைத் தடுக்கும் வழிமுறைகள்

- மருத்துவர் வரையறுக்கப்பட்ட கால அளவுகளில் தொடர்ந்து மருத்துவ பரிசோதனையை செய்துக்கொள்ளுதல்: வலிப்புத்தாக்கங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இல்லை என்றால் மருத்துவ ஆலோசனையைப் பெறவும்.
- பரிந்துரைக்கப்பட்ட வலிப்பு நோய் தடுக்கும் மருந்துகளை தவறாமல் எடுக்கவும்.
- வலிப்புக்கான நாட்குறிப்புயெட்டை பராமரிக்கவும் மற்றும் எப்பொழுதும் வலிப்புக்கான அடையாள அட்டையை உடன் வைத்திருக்கவும்.
- வலிப்பு நோய்க்கான எதிர்ப்பு மருந்தை மருத்துவர் நிறுத்துமாறு பரிந்துரைக்கும் வரை மருந்துகளை நிறுத்த வேண்டாம்.
- பொதுமான தூக்கம் தேவை.
- மனழுத்த மேலாண்மை தேவை.
- வீட்டில் பாதுகாப்பான சூழலை உருவாக்குதல்: பிடிப்பு கம்பிகளை பொருத்துதல், வழுவழுப்பு அல்லாத தரைத்தளம் பயன்படுத்துதல் மற்றும் சாத்தியமான அபாயங்களை நீக்குதல்.
- வலிப்பு நோயாளிகளை தொடர் மேற்பார்வையில் வைத்துக்கொள்ளுதல்
- குறிப்பாக தீக்கு அருகில் பணிபுரிவது, வாகனம் ஓட்டுவது, நீச்சல் அடிப்பது மற்றும் மரம் ஏறுதல் போன்ற அதிக அபாயம் உள்ள வேலைகளில் தகுந்த கண்காணிப்பை ஏற்படுத்துதல்.
- சமச்சீர் உணவுகளை உட்கொள்ளுதல் மற்றும் நேரம் தவறாமல் உணவுகளை உண்ணுதல்.
- சரியான அளவுகளில் தண்ணீர் பருகுதலை உறுதி செய்ய வேண்டும்
- பராமரிப்பாளர்களுக்கிடையே வலிப்பு நோயை பற்றிய சரியான கல்வியை வழங்குதல்.

அவசர இலவச உதவி எண்:

108

வலிப்பு நோயைப் புரிந்துகொண்டு, பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு ஆதரவளித்து, ஒருங்கிணைந்த சூழலை வளர்ப்பதன் மூலம் சமூகத்தை மேம்படுத்துங்கள்.



ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட ஊனமுற்றோரின் மேம்பாட்டிற்கான தேசிய நிறுவனம்

(மாற்றுத்திறனாளிகள் மேம்பாட்டுத்துறை (திவ்யாஞ்சன்)
சமூக நீதி மற்றும் அதிகாரம் வழங்கல் அமைச்சகம், இந்திய அரசு)

கிழக்கு கடற்கரை சாலை, கோவளம் அஞ்சல்,
முட்டுக்காடு, சென்னை- 603112, தமிழ்நாடு, இந்தியா

தொலைபேசி: 044-2747 2046, 2747 2113

மின்அஞ்சல்: niepmd@gmail.com

இணையதளம்: www.niepmd.tn.nic.in

வேலை நேரம்

திங்கள் முதல் வெள்ளி
காலை 9 மணி முதல் மாலை 5.30 வரை

விடுமுறை நாட்கள்

சனிக்கிழமை, ஞாயிற்றுக்கிழமை மற்றும்
அனைத்து மத்திய அரசு விடுமுறைகள்