

QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara

EPILEPSIA

ÇFARË DUHET TË DIMA DHE
SI TË NDIHMOJMË
PERSONAT ME EPILEPSI



ÇFARË ËSHTË EPILEPSIA?

- ✓ Epilepsia është gjendje e trurit (gjendje neurologjike) që manifestohet me sulme epileptike.
- ✓ Sulmi epileptik është prishje e komunikimit elektrik mes neuroneve.
- ✓ Epilepsia merr diagnozën pasi që personi të ketë pasur së paku dy sulme epileptike në afat prej 24 orëve, të cilat nuk janë të shkaktuar nga ndonjë gjendje e njohur shëndetësore.

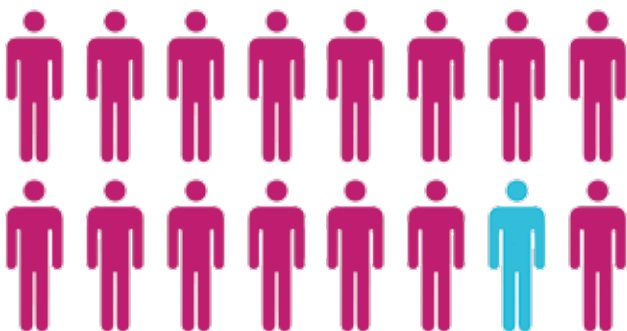
Informacionet në këtë broshurë do t'ju ndihmojnë të kuptoni bazat e epilepsisë si gjendje neurologjike, do t'ju jepen udhëzime për përballim me sulme epileptike dhe përgjigje të pyetjeve më shpesh të parashtruara.

Shpresojmë që këto informacione do t'ju ndihmojnë të përballonit dhe kontrolloni gjendjen tuaj, ose gjendjen e familjarëve më të afërt.



PREVALENCA DHE PËRFAQËSIMI

- ✓ Epilepsia dhe sulmet epileptike mund të paraqiten tek secili person dhe në çdo moshë;
- ✓ Rastet e reja të zbuluara të epilepsisë janë më të shpeshtë tek fëmijët, posaçërisht gjatë vitit të parë të jetës;
- ✓ Përqindja e rasteve të reja të zbuluara të epilepsisë vazhdimisht zvogëlohet deri në moshën 10 vjeçare dhe pastaj qetësohet;
- ✓ Pas moshës 55 vjeçare, përqindja e rasteve të reja të epilepsisë fillon të rritet, sepse njerëzit zhvillojnë tumore në tru ose sëmundje të Alzheimerit, që mund të shkaktojnë epilepsi.
- ✓ Faktorët, siç janë gjendjet e tjera shëndetësore, faktorët social dhe ekonomik, gjinia dhe mosha mund të ndikojnë mbi zhvillimin e epilepsisë dhe sulmet.
- ✓ Shpesh sulmet paraqiten edhe tek njerëzit që kanë pasur lëndime traumatike të trurit (rrëzim, goditje në komë ose lëndim tjetër traumatic)



- ✓ 1 prej 26 personave në botë kanë diagnozë me epilepsi si gjendje e ngjashme neurologjike.

SULMET EPILEPTIKE

Kur e përdorin fjalën "sulme", nënkuptojmë sulme epileptike që mund të lidhen me:

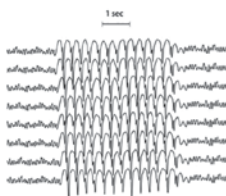
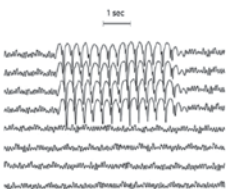
- ✓ tendencë gjenetike familjare
- ✓ lëndim fizik/traumatik të trurit
- ✓ arsye dhe gjendje tjera të ndërlidhura shëndetësore

K a

KLASIFIKIMI I EPILEPSISË

Iloje të ndryshme të sulmeve, por të gjitha fillojnë në tru.

Sulmet manifestohen me humbjen e vetëdijes, ngërçe dhe lëvizje të pa artikuluara të trupit dhe ekstremiteteve, ndërsa të shkaktuar nga çrregullimet e aktivitetit elektrik të trurit.



Njohja dhe kontrollimi i sulmeve ndikon mbi cilësinë e plotë të jetës së personit me epilepsi, familjes dhe rrethinës në të cilën jeton, punon dhe shoqërohet.

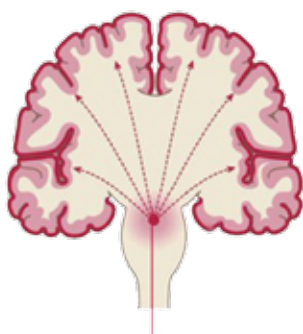
LLOJE TË SULMEVE EPILEPTIKE

Ka tre lloje kryesore të sulmeve epileptike, më tutje të ndara në grupe, sipas vendit ku fillojnë në tru, edhe atë:

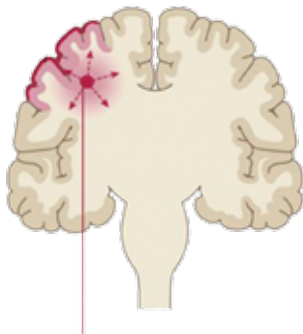
✓ **SULME TË GJENERALIZUARA**

Këto sulme fillojnë dhe ndodhin në dy hemisferat e trurit në kohën e njëjtë. Sulmet e gjeneralizuara manifestohen me konvulzion, ngërçe, mungesë të vetëdijes ose humbje të tonit muskular.

✓ **SULME FOKALE**



ГЕНЕРАЛИЗИРАН



ФОКАЛЕН/ПАРЦИЈАЛЕН

Ky term përdoret për theksim të vendit të trurit në të cilin fillojnë sulmet. Sulmet fokale mund të

fillojnë në një pjesë të trurit ose në njërën hemisferë të trurit.

Dy të tretat e sulmeve fillojnë si sulme fokale dhe bëhen të gjeneralizuara, ndërsa një e treta fillon si sulme të gjeneralizuara.

✓ **SULME TË PANJOHURA**

Kur fillimi i sulmit në tru nuk është i njohur, quhet sulm me nisje të panjohur.

Disa sulme shkaktohen nga arsyet shëndetësore, siç është sheqeri i ultë në gjak (hipoglikemi) ose ndryshime të mënyrës së punës së zemrës. Këto sulme nuk janë të ngjashme me sulmet epileptike. Ka edhe lloje të tjera të sulmeve që duken si sulme epileptike, por ato nuk fillojnë në tru.

SHENJAT DHE SIMPTOMAT

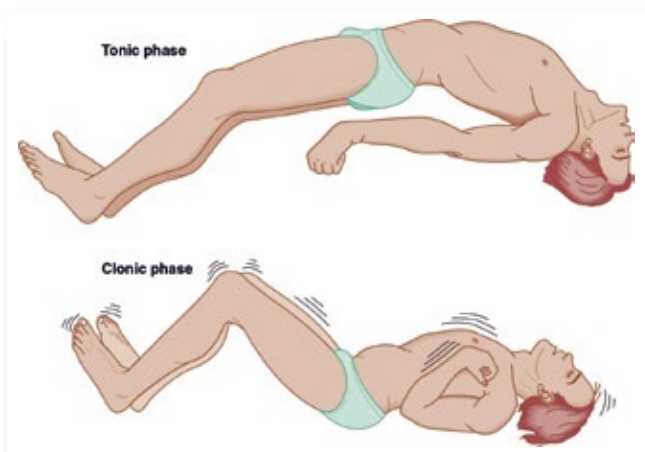
Shenjat dhe simptomat e sulmeve dallojnë varësisht nga lloji i sulmit.

Lloji më i shpeshtë i sulmeve (60%) janë **SULMET KONVULZIVE**, gjegjësisht këto sulme janë të shoqëruar me ngërçe dhe lëvizje të pakontrolluar të trupit dhe ekstremiteteve. Ndodhin papritmas dhe pa paralajmërim, dhe gjatë kohës së sulmit personi tërësisht e humb vetëdijen. Sulmi mund të zgjat prej 10 deri 30 sekonda, ose 2-3 minuta.

Të tjerat 40% të sulmeve janë **SULME JOKONVULZIVE**, gjegjësisht janë të shoqëruar vetëm me humbje të pjesshme ose të plotë të



vetëdijes, para dhe gjatë sulmit. Zgjasin rreth 10 sekonda. Personi mund të përjetojë sensacione të ndryshme para sulmit, ndërsa njohja e simptomave është shenjë që personi duhet të vendoset në pozitë të përshtatshme.



UDHËZIME PËR ASISTENCË DHE NDIHMË

Pa dallim nga shkaqet dhe lloji i sulmit, udhëzimet më poshtë do t'ju ndihmojnë që sipas nevojës të ndihmoni me përballimin e sulmeve të personave me epilepsi.

Ka një proces të thjeshtë prej disa hapave për përballimin me sulmet. Mbani mend, qëllimi kryesor është siguria e personit me sulm epileptik!

✓ QËNDRONI TË QETË DHE TË PËRQENDRUAR!

VENDOSJA E DUARVE

Vendosni duart siç është prezantuar në figurë.



VENDOSJA E KËMBËVE

Vendosni këmbët siç është prezantuar në figurë.



SIGURIMI I KOKËS

Vendosni kokën siç është prezantuar në figurë.



SIGURIMI I HAPËSIRËS PËR SHËRIM

Qëndroni në afërsi dhe siguroni hapësirë për personin.



Ajo do t'ju ndihmojë juve, personit me sulm – dhe të tjerëve në afërsi.

✓ SIGURONI KUSHTET NË RRETHINË!

Nëse sulmi është shoqëruar me ngërçe dhe lëvizje të pa artikuluar të trupit, siguroni shtresë të butë në dysheme dhe jastëk dhe vendosni afër personit që pëson sulmin. Lëvizni gjërat që mund të jenë të rrezikshme.



✓ QËNDRONI AFËR!

Asnjëherë mos e lini personin vetëm gjatë sulmit.

✓ RUANI GISHTAT DHE GJËRAT TJERA MË LARG GOJËS SË PERSONIT ME SULM

Shpeshherë ekziston bindja se personi që ka sulm do të gëlltit gjuhën dhe do të ndalojë me frymëmarrjen. Kjo thjesht nuk ndodh. Asnjëherë mos vendosni asgjë në gojën e personit që pëson sulm. Posaçërisht jo gishtat tuaj!

✓ PËRDORNI POZITËN PËR SHËRBIM!

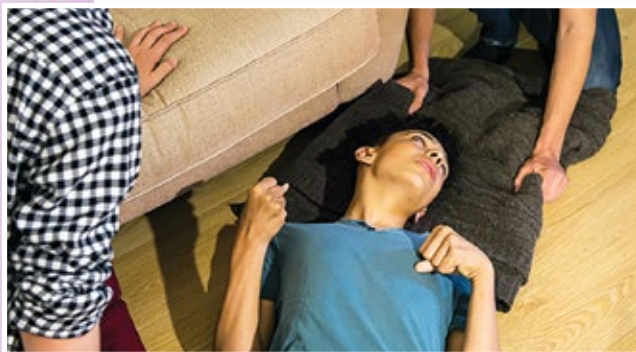
Vendosni personin në pozitë për shërbim dhe mbrojeni kokën me diçka të butë.

✓ KONTROLLONI FRYMËMARRJEN DHE PUNËN E ZEMRËS

Mënyra si personi merr frymë gjatë dhe pas sulmit, si dhe kushtet në të cilat ka ndodhur sulmi, do të jenë informacione të dobishme për ekipin mjekësor të thirrur për intervenim.

✓ BISEDONI ME PERSONIN DHE JEPNI BARËRAT E NEVOJSHME

Pas sulmit, varësisht nga lloji dhe kohëzgjatja e sulmit, personi mund të jetë i hutuar ose pa vetëdije për një kohë të caktuar. Flitni qetë, sqaroni personit që ka pasur sulm dhe përkujtojeni që të merr nga barërat e shënuara.



✓ LAJMËRONI NDIHMËN E SHPEJTË MJEKËSORE

Ka rrethana kur duhet të lajmëroni ndihmën e shpejtë për intervenim, ato janë:

- ✓ Herën e parë kur personi pëson sulm
- ✓ Nëse sulmi zgjat më shumë se pesë minuta
- ✓ Nëse pas sulmit është shkaktuar lëndim në kokë ose ndodh në ujë
- ✓ Nëse frymëmarrja e personit nuk është normale pas sulmit, ose nëse ka buzët ngjyrë vjollce

Kur do të arrijë ndihma mjekësore, sqaroni me fjalë tuaja natyrën e sulmit – dhe provoni të identifikoni arsyen.

✓ MBANI SHËNIME PËR KOHËN DHE RRETHANAT E SULMIT

Përshkruani me fjalë tuaja shenjat dhe simptomat para sulmit (sjellja dhe reagimet e personit para sulmit).



Përshkruani me fjalë tuaja simptomat gjatë sulmit (ngërçe, humbje të tonit muskular, humbje të vetëdijes, dridhje të pa artikuluar dhe të pa koordinuar, pozita e trupit gjatë sulmit dhe të tjera të ngjashme).

Përshkruani me fjalë tuaja shenjat dhe simptomat pas sulmit (sjellja dhe reagimet e personit pas sulmit).

Këto informacione do të jenë të dobishme për ekipin mjekësor – nëse është lajmëruar për intervenim.

EPILEPSIA SI GJENDJE SEKONDARE

Paraqitja e sulmeve epileptike dhe zhvillimi i epilepsisë si gjendje sekondare neurologjike është një proces i pritur, posaçërisht tek fëmijët dhe personat me paralizë cerebrale, multipleks sklerozë, aftësi të kufizuar intelektuale, demenci ose gjendje të ngjashme neurologjike.

Në secilin rast, epilepsia paraqitet si gjendje sekondare dhe si pasojë e gjendjeve të tjera shëndetësore shpesh tek popullata e përgjithshme e shëndoshë.

FAKTORË DHE RREZIQETË PARAQITJESË EPILEPSISË

Infeksion të trurit



Gjendje të tjera shëndetësore
në moshë të vjetër

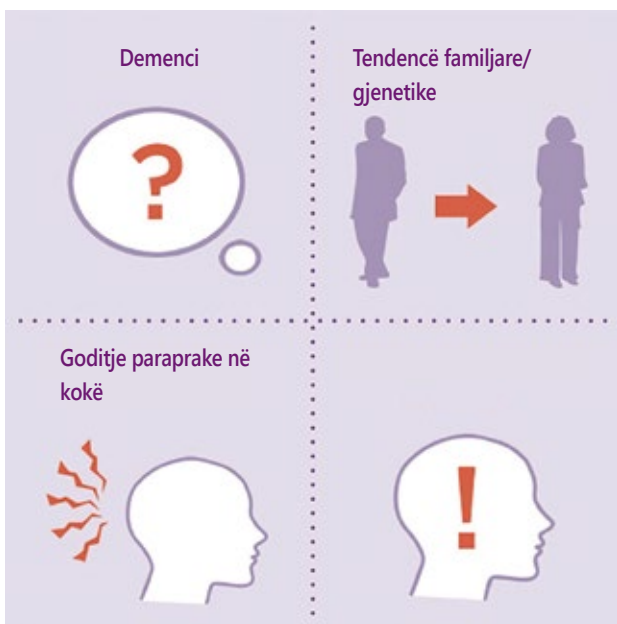


Sulme të tjera shëndetësore
në moshën e hershme



Varësisht nga gjendja primare dhe kufizimi i personit, epilepsia dhe sulmet manifestohen në mënyrë të ndryshme individuale tek secili person. Në përballimin me epilepsinë si pasojë e gjendjeve të tjera, çdoherë janë të përfshirë persona ekspert mjekësor dhe ekspert të tjerë. Protokollin e rehabilitimit përfshin barëra të ndryshme, dietë, suplemente dhe trajtime të disiplinave të ndryshme shkencore, në përputhje me programin individual të personit.

Lloji dhe prevalenca e epilepsisë në masë të madhe varet nga mosha dhe gjendja e përgjithshme shëndetësore e personit. Për shembull, tek të rinjtë, astma është arsye e shpeshtë e sulmit dhe epilepsisë, ndërsa tek personat më të moshuar shkaqet mund të jenë sëmundjet kardiovaskulare dhe sëmundjet e trurit.



KËSHILLA PËR PERSONAT ME EPILEPSI

- ✓ Siguroni që familja juaj, miqtë dhe bashkëpunëtorët të dinë se çfarë të bëjnë nëse pësoni sulm.
- ✓ Me rëndësi është të qëndroni aktiv, por me kujdes të merrni pjesë në sporte dhe aktivitete të tjera. Shmangni aktivitetet potenciale të rrezikshme, siç janë noti, larja, gjimnastika ose ecja në male pa ndonjë person në afërsinë tuaj.





- ✓ Merrni me vete një person që e njeh rrezikun e sulmit dhe është trajnuar për përballim me sulme epileptike. Aktivitetet sportive janë më të sigurta nëse keni helmetë.
- ✓ Çdoherë mbani me vete identifikimin mjekësor në të cilin është shkruar gjendja juaj. Nëse ju ndodh sulm ose rast urgjent, njohuria për gjendjen tuaj do t'ju ndihmojë personave rreth jush të sigurojnë trajtim përkatës.
- ✓ Nëse përdorni barëra të përshkruara antikonvulzive, keni kujdes me dozën që është përshkruar posaçërisht për juve sipas peshës, moshës, gjinisë dhe faktorët e tjerë.
- ✓ Keni kujdes për rreziqet e bashkëveprimeve mes barërave antikonvulzive dhe barërave tjerë që mund të merrni, përfshirë edhe suplementet.
- ✓ Çdoherë drejtohuni tek mjeku juaj ose farmakologu nëse nuk jeni të sigurt për barërat e përshkruar.
- ✓ Shmangni alkoolin, sepse mund të përzihet me efikasitetin e barit.

MBËSHTETJE DHE NDIHMË PËR PERSONAT ME EPILEPSI

Marrja e diagnozës për epilepsi tek fëmija ose personi më i moshuar mund të jetë shqetësuese si përvojë, përfshirë edhe për prindërit, partnerët dhe familjen më të afërt.

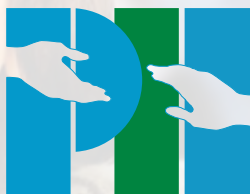
Lajmi i mirë është – **NUK JENI VETËM!**

Ka gjasa të mëdha që ka ndonjë grup i personave në rajonin tuaj që kalojnë nëpër sfidat e njëjta, dhe ata vetëm më kanë grupe të përkrahjes, mbajnë seanca edukative ose lidhen me familje të tjera.

- ✓ Kërkoni grup për përkrahje (organizatë qytetare që punon me persona me epilepsi dhe gjendje të ngjashme neurologjike)
- ✓ Kërkoni qendër për trajtim dhe rehabilitim të personave me gjendje neurologjike
- ✓ Kërkoni ndihmë nga mjeku juaj ose punonjësit tjerë shëndetësor.

Një prej gjërave më të rëndësishme që do t'ju ndihmojë të jetoni me epilepsi është të gjeni ndonjë rrjet të përkrahjes, gjegjësisht ndonjë komunitet të personave me të cilët do të mund të bisedoni dhe të shkëmbeni përvoja të mira dhe të këqija. Çdoherë kur ndonjë person me epilepsi ose anëtar i familjes e shkëmben rrëfimin personal, ata i mësojnë të tjerët.

Cilësia e jetës varet nga mënyra sesi ju e shikoni epilepsinë, si përballoheni me të dhe si i zgjidhni problemet me të cilat përballoheni.



QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara

QENDRA E RESURSEVE

rr. Vasko Karangeleski 33

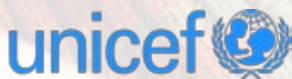
1000 Shkup

++389 78 449 851

++389 78 449 852

www.resursencentar.mk

Hartimi i broshurës është mundësuar me mbështetjen financiare e UNICEF-it, në kuadër të projektit: "Rritja e Mundësive për Inkluzion dhe Përmirësimi i Cilësisë së Jetës së Fëmijëve me Aftësi të Kufizuara me anë të Fuqizimit të Prindërve dhe Familjeve të Tyre".



Qëndrimet e shprehura në këtë broshurë janë vetëm të autorëve dhe nuk duhet patjetër të përputhen me qëndrimet dhe politikat e UNICEF-it.