

## मिरगी (Epilepsy) यानि क्या?

मिरगी ये दिमागी रोग है. इसमें अनेक बार झटके आते हैं. दिमाग में विचलित हुए विद्युत्तिय कार्य के कारण बार बार ऐसे झटके लगते हैं. यह रोग जन्म से होता है तथापि दिमागी चोट पक्षाघात घटन लगना कायमस्वरूपी मानसिक कमतरता आदि की अवस्था में मिरगी यह रोग हो सकता है. हो सकता है की मिरगी रोग होने के कोई कारण आपको मालूम न हो लेकिन मिरगी में होने वाले झटके जानलेवा हो सकता है.

### मिरगी के झटके के प्रमुख लक्षण क्या है?

मिरगी के झटके कुछ सेकंदों से कुछ मिनटों तक अनुभव किए जा सकते हैं. दिमाग के किसी हिस्से में ऐसे लक्षण दिखाई देते हैं जहाँ दिमागी हानी हुई है इनमेंसे कुछ निम्न लक्षण दिखाई देते हैं.

- हाथों पैरोंमें अनियंत्रित थर्राहट
- सिर एवं आँखों शरीर के एक ओर झुकना
- शरीर के एक हिस्से में लचकन आना.
- दृष्टी का एक ओर झुकना
- एक बार प्रकाश का चमकना
- बार बार डर लगना
- पिछली बातें याद आना
- निरुत्साही एवं बदबू आना
- स्वभाव में परिवर्तन गुमसुम लगना असंमंजस या एक ही क्रिया बार बार दोहराना.

### मिरगी का इलाज कैसे होता है?

चिकित्सक आपके स्वास्थ्य के विषय में संपूर्ण जानकारी संग्रहित करते हैं ऐसे समय कब कब और कितनी बार इस प्रकार के शारीरिक झटके लगे इसकी जानकारी देनी चाहिए ऐसी व्यक्ति को जिसने पहली बार आपको आए शारीरिक झटके को देखा हो उसे अवश्य चिकित्सक के पास ले जाना चाहिए ताकि उचित जानकारी मिल सके.

- **इलेक्ट्रोइन्केफॅलोग्राम-** दिमाग की विद्युती जानकारी यंत्रों के माध्यम से निकाली गई दिमागी कार्यों की विद्युत्तिय जानकारी का चित्रण जिस कारण होता है उसमें दिमाग में सामान्य कार्य में बदलती परिस्थिती को खोजा जाता है.

- **सीटी स्कैन किंवा एमआरआय-** दिमाग की अनेक चित्रण कर कार्यरत होने पर परिवर्तन दिखाई देते है.

### **मिरगी का इलाज किस प्रकार किया जाता है?**

इलाज का मुख्य उद्देश्य बार बार आनेवाले शारीरिक झटके को रोकना होता है, दवाईयोसे ये संभव है मिरगी न आए तदहेतु नियमित दवाईयाँ लेनी चाहिए या उसे रोकनेके लिए दवाईयाँ लेनी चाहिए. चिकित्सक से राय लिए बिना कोई भी दवा लेना बंद नही करनी चाहिए.

### **मिरगी के धोखे क्या है?**

शारीरिक झटके होने पर अथवा असंमंजस की स्थिती होने पर या सिरदर्द होने पर पुनः उसकी स्थिती मे आने के लिए कुछ मिनट लगंगें या दो सप्ताह भी लग सकते है मिरगी के कारण असमझता या दिर्घकालीन तनाव की स्थिती संभव है शारीरिक झटके आने के भय से आत्मविश्वास के कमी आती है जैसे: वाहन चलाना, काम करना सामाजिक रिश्तोंको मजबुत करना, याद करते रहना इत्यादी इस रोग के चलते कुछ चोट लगना या मृत्यु संभावित हो सकता है.

### **मिरगी के संबंध क्या जानकारी आवश्यक है?**

- शारीरिक झटके ना हो तदहेतू नियमित इवाईयाँ लेनी चाहिए.
- ऐसे झटके आनेपर नोट करे ताकि अंदाज होने पर इसे टालनेके प्रयास हो सके. शारीरिक झटके आने का दिनांक, स्थल, क्या कार्य कर रहे थे इसे नोट करना चाहिए. वैसे ही ऐसे झटके आने से पूर्व आपको क्या महसूस हुआ सहित झटके आने के पूर्व बिमार होना, शांत निंद न आना, संप्रेरक मे बदलाव, शराब, दवाएँ, प्रकाश अथवा तनाव होना.
- देख भाल कैसे करे- अपने मित्र परिवार कुटुंब एवं कर्मचारी वृंद को इस संबंध मे मानसिक रोग तज्ञ अथवा सामाजिक कार्यकर्ता की सहाय्यता ली जा सकती है. ऐसे रोगीयोका समुह हेतू संबधित चिकित्सक की सहाय्यता ली जा सकती है.
- मिरगी रोग संबंधी कार्ड अथवा माहितीपत्रक साथ रखे.

शारीरिक झटके मिरगी आने पर संरक्षण कैसा हो तत्संबंधी सूचना अपने मित्रोंपरिवार एवं सहकर्मियोंका देकर रखे

- मुँह मे कोई वस्तू न डाले नाही दवाएँ
- चोट लगने से बचाए. आजू बाजू से तेज एवं धारदार चीजे हटा दें, एवं तकियाँ दे.

- पाँच मिनट से अधिक मिरगी रहने या दूसरी बार झटके जगने से चिकित्सक से संपर्क करे.
- मिरगी जाने तक रुके रहे, पूर्ण प्रभाव जाने तक कुछ खाए पिये नही.

### **स्वास्थ्य चिकित्सक से कब मिले?**

- आपका उपचार ठिक नही हुआ ऐसा महसूस होने पर
- झटकोंकी संख्या पर निरंतर वृद्धि हाने पर
- नियमित अवधीसे अधिक समय लगनेपर या असमंजस की स्थिती लगने पर
- आप गर्भवती होने पर अथवा पैसी योजना होने पर
- अपने स्वास्थ्य के संबंध अथवा स्थिती के संबंध मे अपेक्षित होने पर

### **तात्काल चिकित्सक की सहाय्यता कब लेनी चाहिए?**

- पाँच मिनटसे अधिक मिरगी रहने पर
- श्वासोच्छ्वास मे तकलीफ होनेपर
- पहली मिरगी के 24 घटोंके भीतर दूसरी होनेपर
- मिरगी झटकोंके दौरान जख्मी होने पर

### **संदर्भ:**

मायक्रोमेडेक्स केयर नोट सेरीज ऑनलाईन