

بیماری صرع

دکتر محمد علی طبیبی

تابستان 1403



مختصر و مفید، به زبان ساده
در سبک آموزش دکتران ایران



بیماری صرع چیست؟

تفاوت تشنج و صرع



علائم و نشانه های بیماری صرع



گیجی



سرگیجه



سقوط ناگهانی



خیره شدن



حرکات ناگهانی و بی اراده دست و پا



اضطراب و احساسات عجیب و غریب



از دست دادن هشیاری و آگاهی

Sleep deprivation?

Seizure

Proposed mechanisms of sleep disruption that contribute to neuroinflammation and worsen neurodegeneration in the epileptic brain

Neuroinflammation & Neurodegeneration

BAX
BCL-2
Casp-1
Casp-3

CRP
IL-1 β
IL-6
TNF α
HMGB1

Peripheral Inflammation

Neuron

Glutamate Receptor

Glutamate

Astrocyte

BBB

HMGB1

Endothelium

Pericyte

BBB leakage

H₂O

K⁺

Leukocytes

HMGB1

Microglia

TLR4

NFKB

IL-1 β
TNF α

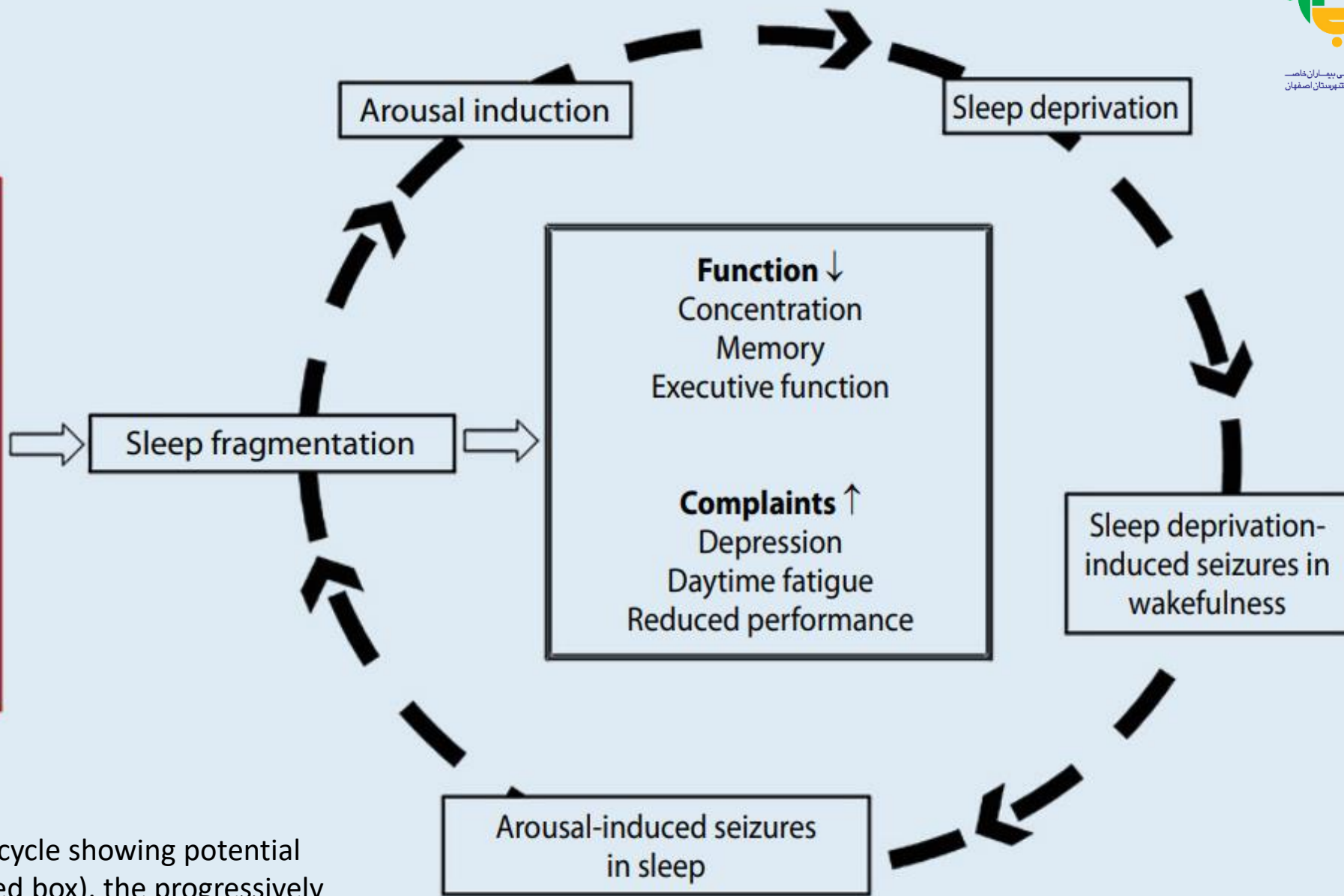
ATP
COX-2
EP2
miRNAs

Psychosocial stressors
(especially in GGE)

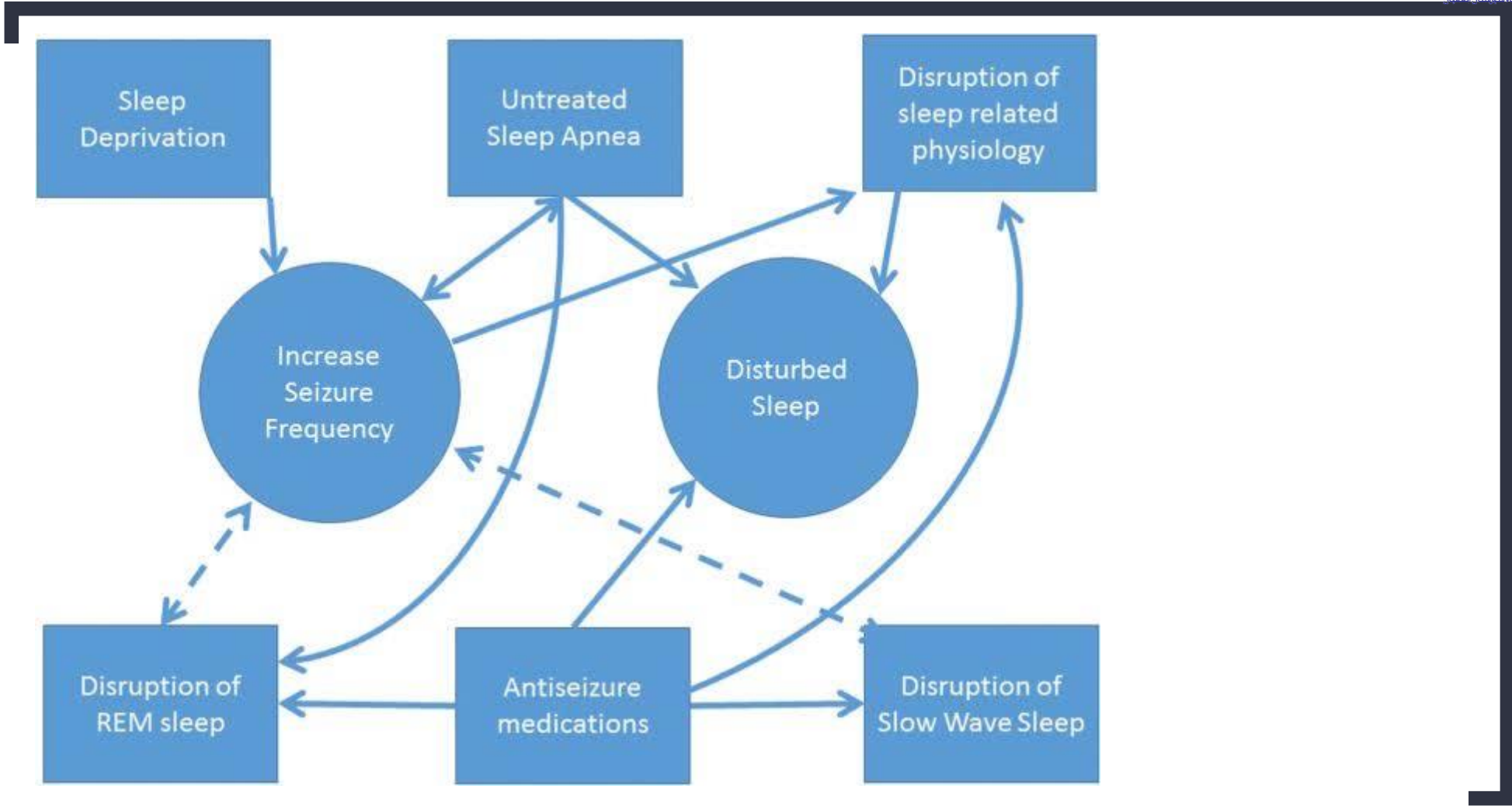
Chronic substance abuse
(e.g., alcohol, benzodiazepines)

Somnological disorders
(e.g., restless legs syndrome,
sleep apnea syndrome)

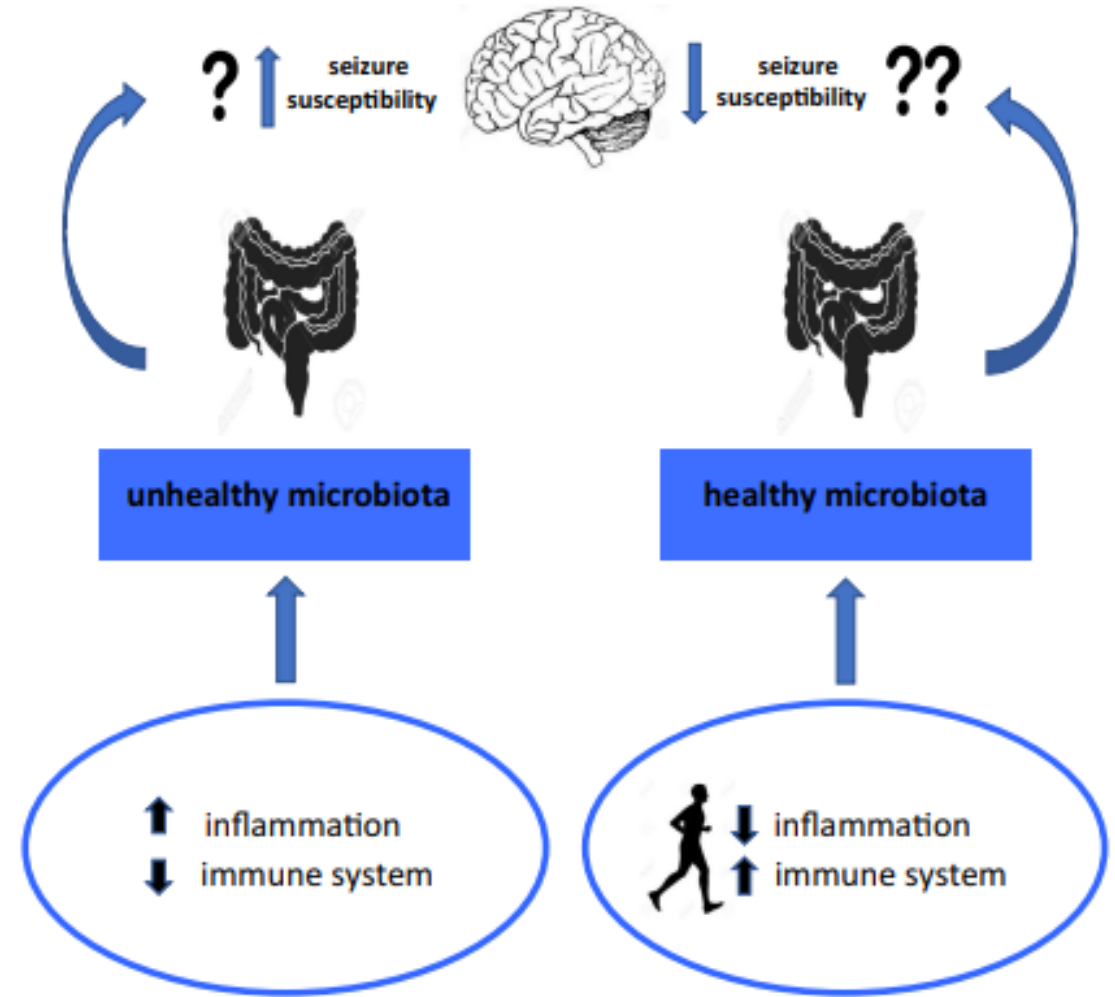
Vagus nerve stimulation
Deep brain stimulation
Antiepileptic drugs



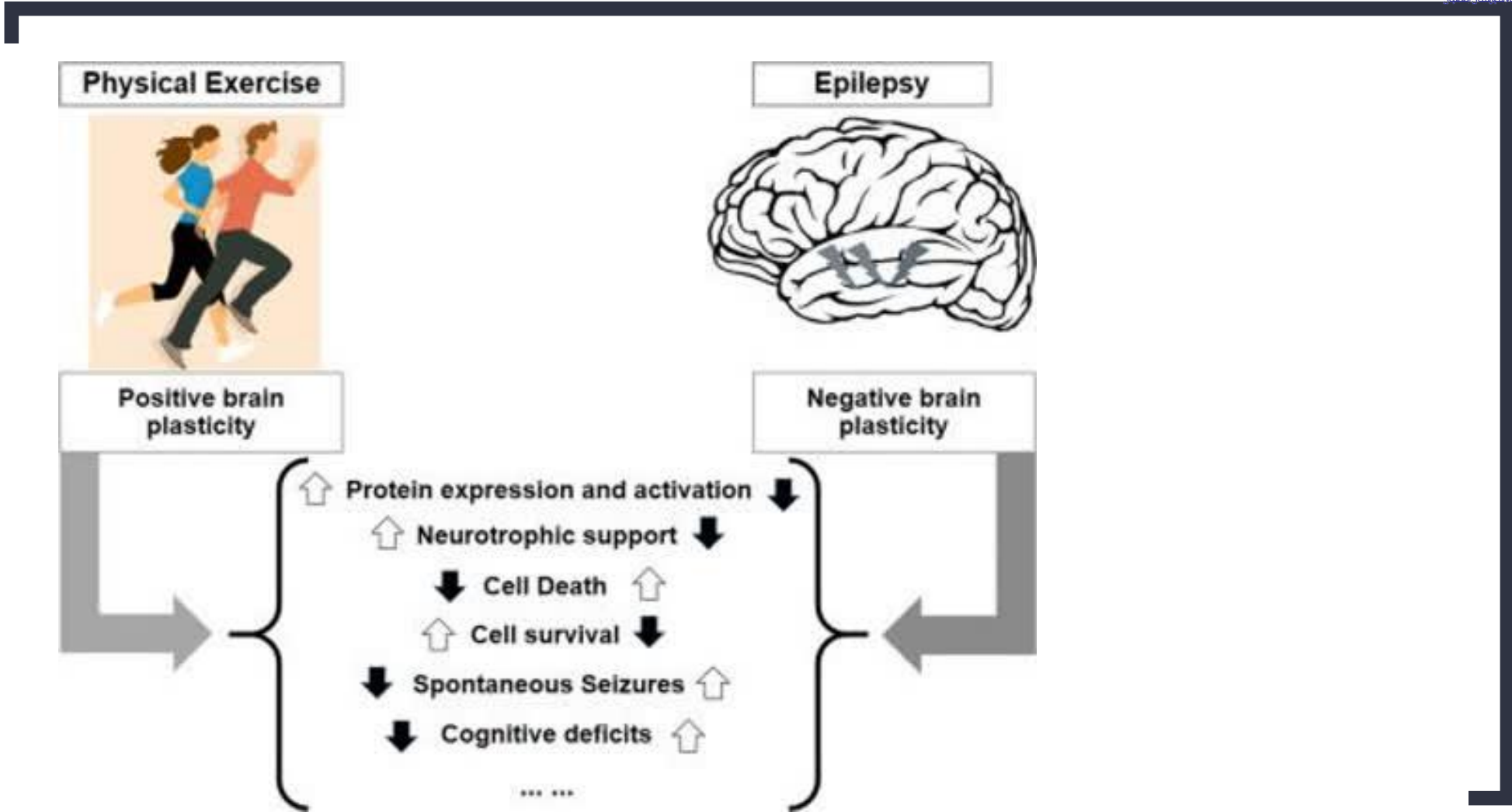
Somnological/ epileptological vicious cycle showing potential triggers of sleep fragmentation (left, red box), the progressively worsening somnological and epileptological parameters (circle), and the resulting functional impairments and symptoms.



Possible mechanisms of physical exercise in remodeling beneficially gut microbiota to reduce seizure susceptibility and epileptogenesis. Altered gut microbiota is associated with dysregulation of the immune system and inflammation, which in turn, have been linked to neurological disorders including epilepsy. Regular moderate exercise confers benefits to gut microbiota, which may be to some extent, responsible for the positive effects of exercise on brain. It remains to be determined, however, whether a better interaction between gut-brain and exercise can reduce seizure susceptibility.



ضرورت ورزش



Physical exercise



Epileptic brain



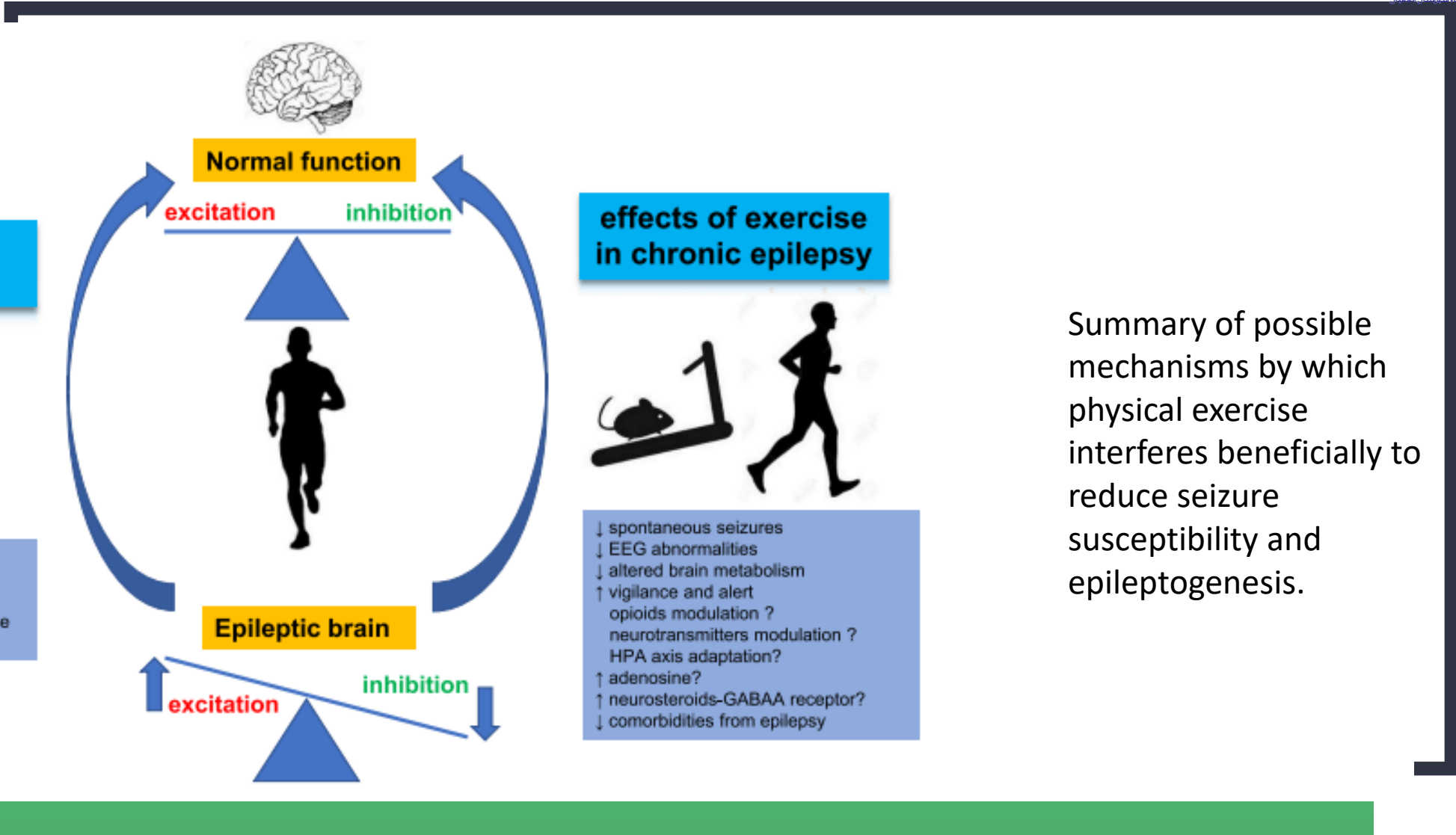
Hippocampi

↑ Neurogenesis



↑ BDNF

- Inhibition of the oxidative stress
- Anti-inflammatory mechanisms
- Reduced number of seizures
- Inhibition of cognitive decline
- Stimulation of dopamine



Summary of possible mechanisms by which physical exercise interferes beneficially to reduce seizure susceptibility and epileptogenesis.



مزایای ورزش

- کاهش عوامل خطر بیماری های قلبی عروقی
- " کاهش تعداد حملات صرع "
- افزایش اعتماد به نفس
- کاهش مشکلات خواب
- افزایش تناسب اندام
- کاهش درد عضلانی
- کاهش استرس
- بهبود خلق و خو
- افزایش انرژی
- بهبود خستگی



ارزیابی وضعیت عملکردی

استفاده از
ACSM's Risk Stratification

EXERCISE PREPARTICIPATION HEALTH SCREENING RECOMMENDATIONS

EXERCISE IS GREAT FOR MOST PEOPLE.

We want people to exercise.

And have made starting less intimidating—based on our research into outcomes.

THE BIG CHANGE:

Most people can exercise without visiting a doctor first.

Points to consider before starting to exercise or increasing exercise intensity:

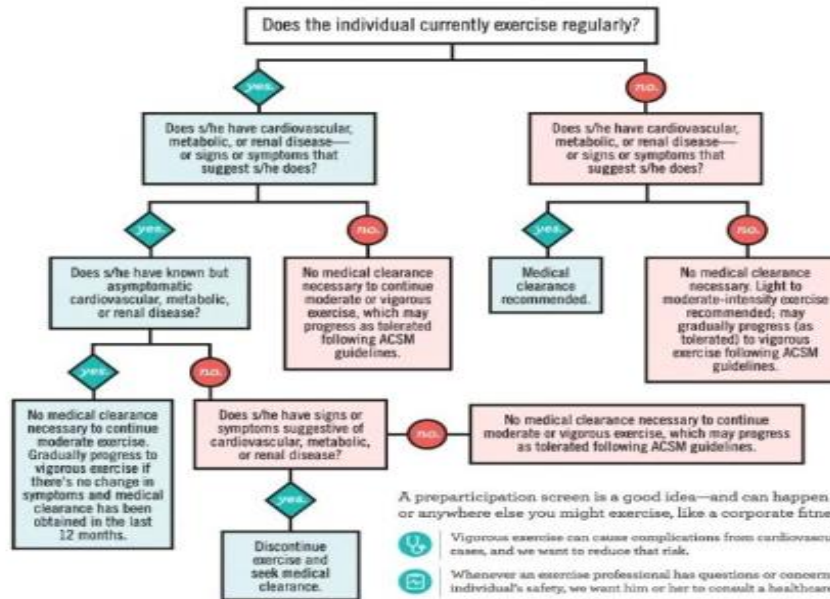
- 1 Current activity level
- 2 Signs/symptoms of certain diseases
- 3 Planned exercise intensity

MEDICAL CLEARANCE A doctor advises a patient that he or she may exercise based on medical history and current health.

MEDICAL EXAM/TEST A doctor examines a patient for particular issues that may interfere with exercise.

PREPARTICIPATION HEALTH SCREENING

Updated for 2015 and beyond



A preparticipation screen is a good idea—and can happen right in the gym or anywhere else you might exercise, like a corporate fitness program.

- Vigorous exercise can cause complications from cardiovascular disease in rare cases, and we want to reduce that risk.
- Whenever an exercise professional has questions or concerns about an individual's safety, we want him or her to consult a healthcare provider.

**The Liability Issue:
HAS THAT CHANGED, TOO?**
In short, no.

If you're a fitness professional:

- Use reasonable care when training a client.
- As always, any individual assumes some risk with regard to fitness training under the guidance of a fitness professional, and waivers and releases can limit future liability.

The new exercise preparticipation health screening recommendations are not a replacement for sound clinical judgment. Refer clients to a healthcare provider for medical clearance before they start an exercise program on a case-by-case basis.

تجویز تمرین

Aerobic

Yoga exercise

Flexibility

Balance Exercise

Strength

ملاحظات تجویز تمرین

- محرک های تشنج در حین یا بعد از ورزش عبارتند از:
- کم آبی بدن (و ازدست دادن الکترولیت ها)
- بالارفتن دمای بدن
- هایپوگلیسمی
- خستگی مفرط
- کمبود خواب

ملاحظات تجویز تمرین (ادامه)

عوارض جانبی داروهای ضد صرع عبارتند از :

- خستگی
- تاری دید
- کمبود انگیزه
- مشکلات تمرکز
- کند شدن زمان واکنش ها



- اطمینان از مصرف داروها به صورت دقیق و طبق دستور پزشک
- نوشیدن آب قبل ، حین و بعداز ورزش به میزان کافی
- توجه به میزان تمرین تجویز شده در شرایطی که بیمار شب قبل خواب کافی نداشته است.
- کاهش شدت و سرعت تمرین در زمانی که بیمار خیلی احساس خستگی و گرما می کند.
- توجه به عوارض جانبی داروها در تجویز تمرین

1



گذاشتن بالش زیر سر



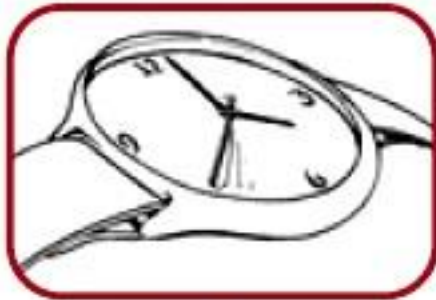
باز کردن یقه، دکمه آخر
و کراوات

2

3



چرخاندن به پهلو



محاسبه طول مدت تشنج

4

5



پرهیز از قرار دادن اشیا
در دهان فرد



پرهیز از گرفتن دست و
پای فرد در حین تشنج

6

کمک های اولیه در صرع

موانع مشارکت فعال

- خستگی، افسردگی
- عدم آگاهی از خطرات کم تحرکی
- عدم آگاهی از مزایای ورزش در کنترل حملات بیماری
- نگرانی در مورد بروز حمله در حین ورزش و افزایش تعداد حملات
- به طور کلی، عدم حمایت خانواده و اجتماع



نمونه تمرین



نمونه تمرین



نمونه تمرين



نمونه تمرین

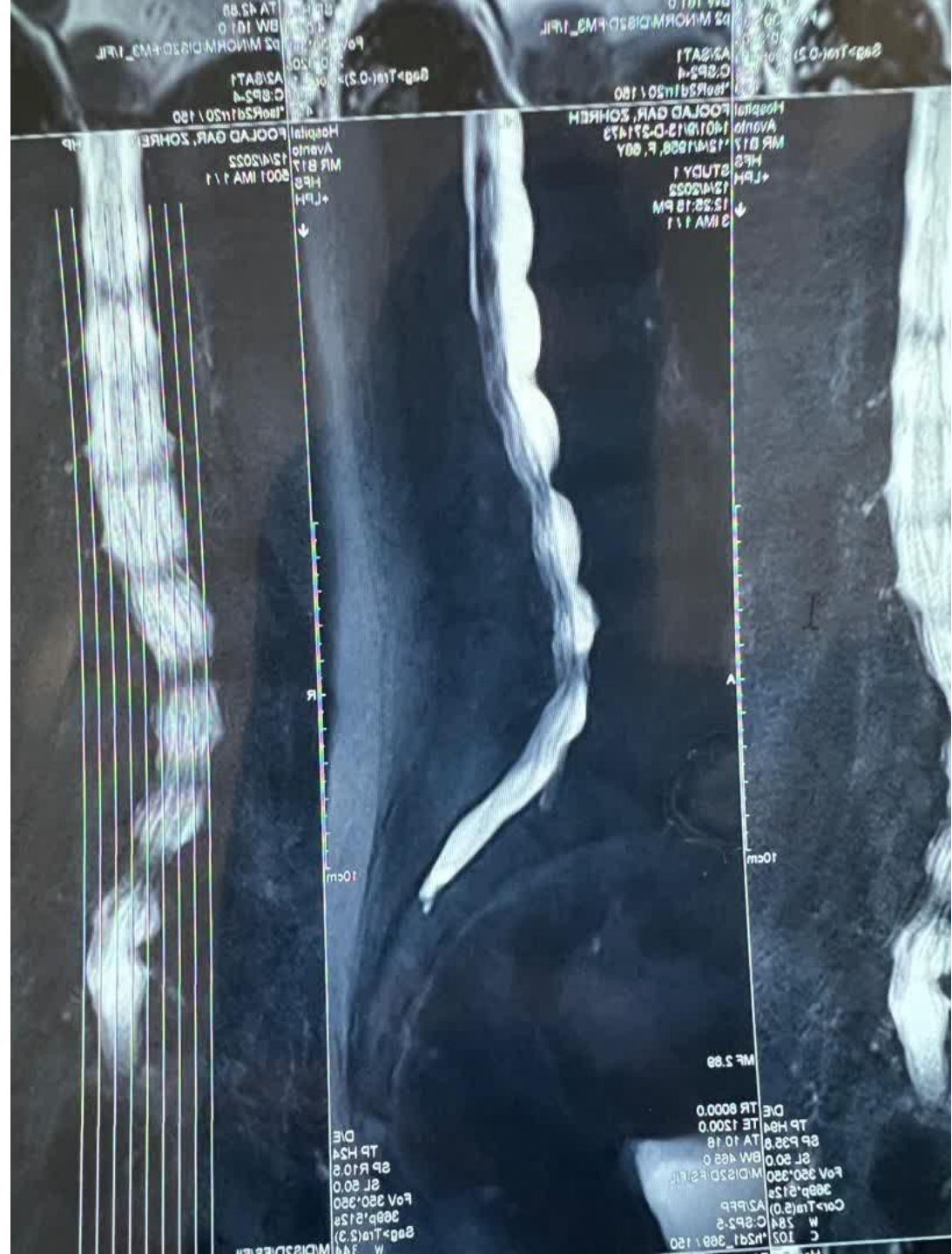


نمونه تمرین



نمونه تمرین

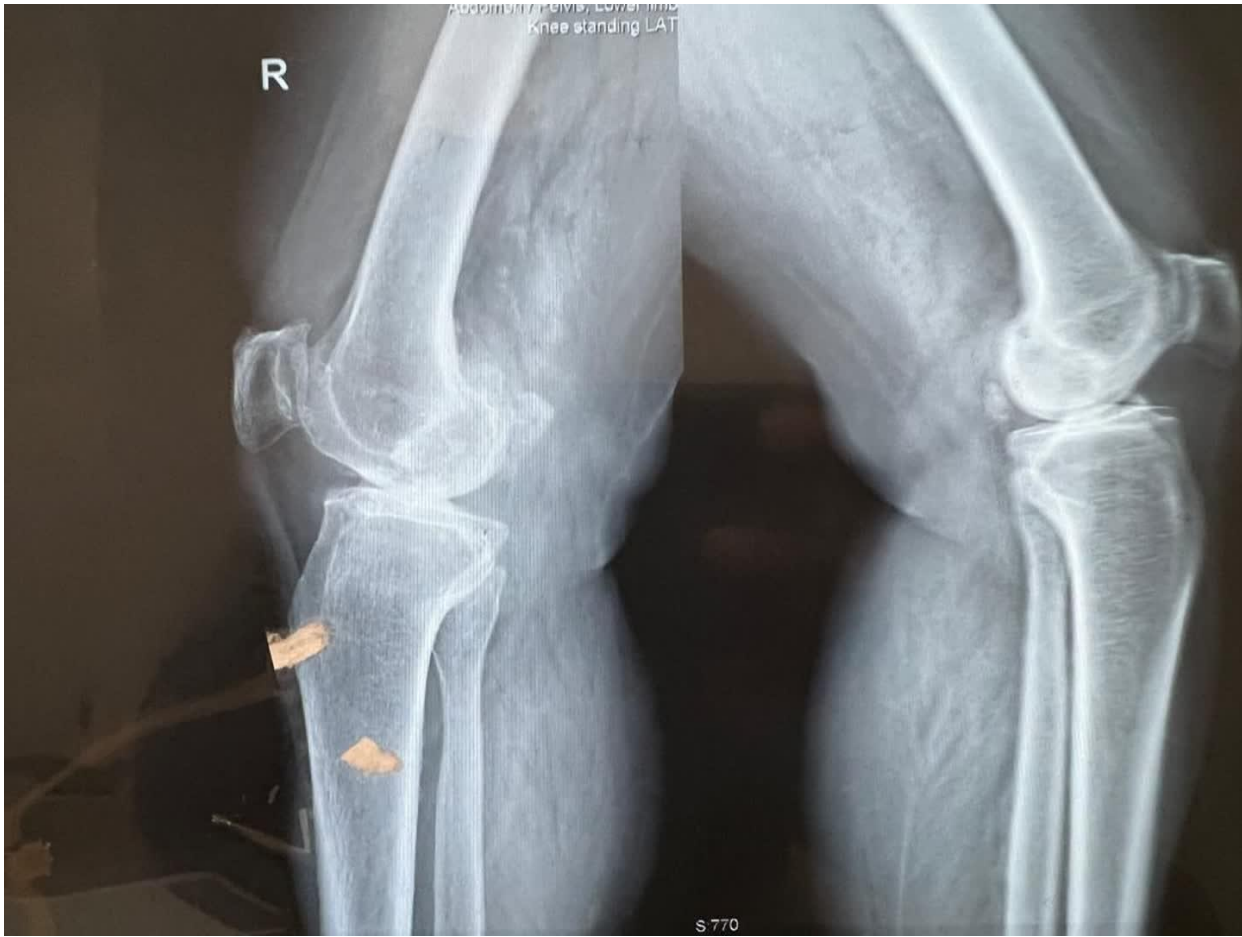






Abdomen, Pelvis, Lower limb
Knee standing LAT

R



S:770

hondeh

L

Step : Knee AP Name : kohvaei fakhondeh
O/0Y

R



1
Abdomen / Pelvis, Lower
Knee standing



با آرزوی موفقیت و تندرستی برای شما



Dr.MohamadAli Tabibi



۰۳۱۳۶۶۵۰۷۷۱



m.tabibi@ut.ac.ir



www.pardisac.ir



@pardis_ac