

Vietnamese

SƠ CỨU CƠN ĐỘNG KINH




Epilepsy Australia

Tổ chức chứng động kinh do người tiêu dùng quản trị lớn nhất Úc

CHỨNG ĐỘNG KINH LÀ GÌ?

Chứng động kinh là tình trạng chức năng não bị rối loạn biểu hiện qua những cơn động kinh lặp đi lặp lại.

CƠN ĐỘNG KINH LÀ GÌ?

Từng suy nghĩ, cảm xúc hoặc hành động của chúng ta đều do các tế bào não kiểm soát. Những tế bào này liên lạc với nhau bằng những xung động điện thường xuyên. Cơn động kinh xảy ra khi đột nhiên có những hoạt động điện kịch phát làm gián đoạn quy trình này khiến cho việc giao tiếp giữa các tế bào não bị rối loạn và dòng suy nghĩ, cảm xúc hoặc cử động của chúng ta bị lộn xộn hay mất kiểm soát trong giây lát.

Dù cơn động kinh có thể làm cho chúng ta cảm thấy hoảng sợ, trong hầu hết các trường hợp, cơn động kinh sẽ tự chấm dứt mà không cần phải làm gì cả. Sau khi cơn động kinh đã qua, người lên cơn động kinh dần dà sẽ lấy lại sự kiểm soát và sinh hoạt trở lại mà không bị một ảnh hưởng tai hại nào. Đa số người được bác sĩ chẩn đoán bị chứng động kinh sẽ được cho uống thuốc để khống chế cơn động kinh.

Nhận ra cơn động kinh

Khắp nơi trên thế giới đều đồng ý rằng dù những cơn động kinh rất phức tạp, nói chung chúng rơi vào hai diện: một là bán phần hoặc cục bộ hai là toàn thể hóa. Cơn động kinh bán phần hoặc cục bộ bắt đầu ở một **phần** của não bộ [tiêu điểm của não] và ảnh hưởng phần cơ thể do phần não này điều khiển. Cơn động kinh toàn thể hóa dính dáng đến toàn não bộ và do đó ảnh hưởng đến toàn cơ thể.

■ Cơn động kinh bán phần đơn giản (Simple partial seizure)

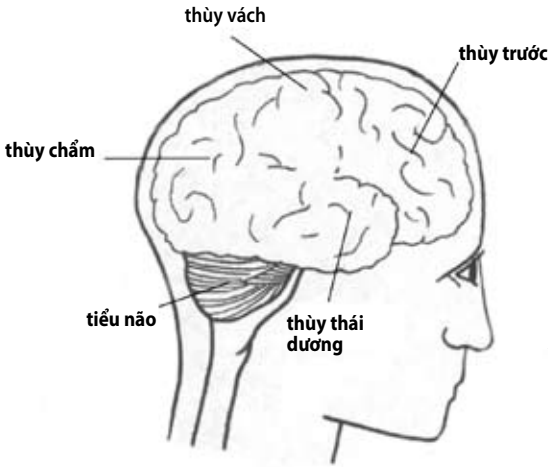
Cơn động kinh bán phần đơn giản là cơn động kinh cục bộ, chỉ ảnh hưởng đến một phần của não mà thôi. Các triệu chứng xảy ra ở người lên cơn động kinh sẽ tùy vào chức năng do phần não này kiểm soát. Cơn động kinh này có thể dính dáng đến cử động tự ý hoặc cứng tay chân, cảm giác mơ hồ quen thuộc, thấy có mùi hay vị khó chịu, hoặc có cảm giác như 'đánh lô-tô' trong bụng hoặc buồn nôn. Người lên cơn động kinh vẫn hoàn toàn tỉnh táo trong suốt cơn động kinh. Thông thường, cơn động kinh kéo dài chưa đầy một phút và sau đó người này sẽ hồi phục. Khi cơn động kinh bán phần lan rộng và dính dáng đến toàn não bộ, trường hợp này được gọi là cơn động kinh toàn thể hóa thứ phát.



Cơn động kinh bán phần hoặc cục bộ bắt nguồn từ một phần của não bộ.



Cơn động kinh bắt đầu từ một phần của não có thể lan ra toàn não bộ thành cơn động kinh toàn thể hóa thứ phát.



Cơn động kinh và chứng động kinh đôi khi được gọi theo những tên của thùy hoặc phân não nơi cơn động kinh xuất phát.

■ **Cơn động kinh bán phần phức tạp (Complex partial seizure)**

Cơn động kinh loại này cũng chỉ ảnh hưởng một phần não mà thôi thế nhưng tình trạng tỉnh táo của người lên cơn động kinh bị thay đổi. Người này thường có vẻ ngơ ngác và bàng hoàng; và có thể có những cử động lạ thường như táy máy quần áo, miêng nhai hoặc phát ra những âm thanh khác thường. Thông thường cơn động kinh này kéo dài từ một đến hai phút nhưng người lên cơn động kinh có thể cảm thấy hoang mang và ngầy ngật trong một vài phút đến một vài giờ sau đó.

■ **Cơn vắng (Absence seizure) [vốn gọi là 'petit mal' (cơn nhỏ)]**

Là cơn động kinh toàn thể hóa dính dáng đến toàn não bộ và thường thấy xảy ra ở trẻ em hơn. Với cơn động kinh loại này, người lên cơn động kinh bị mất ý thức về những gì đang xảy ra xung quanh nhưng hiếm khi bị ngã lăn xuống đất. Họ chỉ nhìn trần trần và mắt trợn ngược hoặc chớp mắt.

Cơn vắng và tình trạng mơ mộng có khi dễ bị lẫn lộn. Tuy nhiên cơn vắng xảy ra đột xuất, kéo dài một vài giây, rồi tỉnh linh chấm dứt và người lên cơn động kinh tiếp tục với việc họ đang làm. Dù những cơn động kinh này chỉ kéo dài trong một vài giây, chúng có thể xảy ra nhiều lần mỗi ngày và như vậy người lên cơn vắng khó học tập.

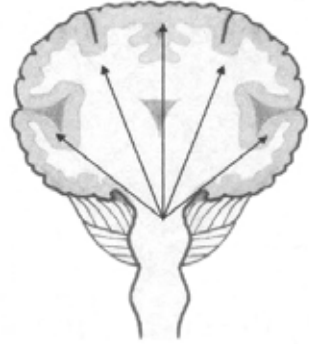
■ **Cơn động kinh 'Myoclonic' (Cơn co giật)**

Cơn co giật là những bấp thịt co giật vô thức. Thông thường những cơn động kinh loại này xảy ra chẳng bao lâu sau khi thức dậy hoặc sắp đi ngủ, lúc người này cảm thấy mệt. Là cơn động kinh loại toàn thể hóa, người lên cơn động kinh bị mất ý thức nhưng chỉ trong khoảnh khắc và khó nhận biết được.

■ **Cơ động kinh ‘Tonic clonic’ (Co cứng-giật) [vốn gọi là ‘grand mal’ (cơn lớn)]**

Cơn lớn là cơn động kinh toàn thể hóa đáng dáo đến toàn não bộ. Chính cơn lớn là loại cơn động kinh mà đa số người nghĩ đến khi họ nói đến chứng động kinh. Một số người có thể có cảm giác ‘phảng phất’ chẳng hạn như cảm giác mơ hồ quen thuộc, trong bụng có cảm giác lạ hoặc thấy có vị hay mùi lạ ngay trước khi lên cơn động kinh. Chính cảm giác phảng phất là cơn động kinh bán phần đơn giản.

Trong lúc lên cơn lớn, cơ thể người lên cơn động kinh cứng đờ và họ ngã lảo xuống đất [giai đoạn cường]. Sau đó, tay chân họ bắt đầu co giật mạnh, đồng đều theo nhịp [giai đoạn co giật]. Người lên cơn lớn có thể bị chảy nước miếng (nước giãi), mặt tím hay đỏ hoặc tiêu và/hay tiểu ra quần.



Cơn động kinh đáng dáo đến toàn não bộ gọi là cơn động kinh toàn thể hóa nguyên phát.

Dù cơn động kinh loại này nhìn thấy khủng khiếp, người lên cơn động kinh ít khi bị tác hại bởi chính cơn động kinh này. Tuy nhiên họ có thể ói (nôn) hoặc cắn lưỡi và đôi khi có thể tự gây thương tật nếu họ va động với các vật kế cạnh khi ngã xuống hoặc co giật. Bình thường cơn động kinh này chấm dứt trong một vài phút. Thông thường lúc này người lên cơn lớn cảm thấy hoang mang và ngầy ngật. Họ có thể cảm thấy nhức đầu và muốn đi ngủ. Tình trạng ngầy ngật này có thể kéo dài trong nhiều giờ.

■ **Cơn động kinh ‘Tonic’ (Co cứng)**

Cơn động kinh ‘tonic’ là cơn động kinh toàn thể hóa làm cho các bắp thịt cứng đờ và nếu người lên cơn đang đứng thì họ sẽ ngã lảo ùng xuống đất. Những cơn động kinh này có thể xảy ra theo từng đợt trong lúc ngủ nhưng nếu chúng xảy ra trong lúc đang thức, chúng thường làm cho người lên cơn động kinh bị thương đầu. Nếu được, người này nên đội mũ bảo hộ để tránh bị thương. Hãy đi bác sĩ nếu người lên cơn động kinh bị thương.

■ **Cơn động kinh ‘Atonic’ (Doãi cơ)**

Cơn động kinh ‘atonic’ là cơn động kinh toàn thể hóa, ảnh hưởng đến độ săn chắc của bắp thịt khiến cho người lên cơn động kinh bị ngã lảo xuống đất. Những cơn động kinh thường được gọi là ‘cơn ngã lảo’ hoặc cơn động kinh liệt, có thể làm cho người lên cơn động kinh bị thương đầu hay mặt. Những người này nên đội mũ bảo hộ để tránh bị thương hoại tử. Nói chung, người lên cơn động kinh bình phục nhanh chóng. Hãy đi bác sĩ nếu người lên cơn động kinh bị thương.

SƠ CỨU CƠN ĐỘNG KINH



Nên làm gì khi một người lên cơn động kinh tùy cơn động kinh của họ là loại nào.

■ CƠN ĐỘNG KINH 'TONIC CLONIC' (CO CỨNG-GIẬT)

Cơn động kinh *co giật* hoặc *co cứng-giật* bắt đầu khi một người bị mất ý thức, cứng đờ bất tỉnh lình, ngã lăn xuống đất và bắt đầu co giật.

Cách thức giúp đỡ:

- ✓ **Ở lại với người lên cơn động kinh** – giữ bình tĩnh.
- ✓ **Đề ý giờ/thời gian của cơn động kinh.**
- ✓ **Ngăn ngừa trường hợp bị thương tật** – dẹp trống bất cứ vật cứng nào ở xung quanh. Đặt vật mềm dưới đầu nạn nhân. Nới lỏng bất cứ quần áo chặt cứng nào.
- ✓ **Nhẹ nhàng lăn người lên cơn động kinh nằm nghiêng** – làm vậy ngay khi có thể được để giúp họ dễ hô hấp.
- ✓ **Tìm cách nói chuyện với họ** để quý vị biết rằng họ thực sự đã hồi tỉnh.
- ✓ **Trấn an nạn nhân**
- ✓ **Xua những người bàng quan đi nơi khác**

- ✗ **Đừng** khống chế cử động của người lên cơn động kinh.
- ✗ **Đừng** nhét bất cứ vật gì vào miệng nạn nhân.
- ✗ **Đừng** cho nạn nhân uống nước, thuốc hoặc thức ăn cho đến khi họ hoàn toàn tỉnh táo.

Sau cơn động kinh, nên đặt người lên cơn động kinh nằm nghiêng bên trái. Lưu ý trường hợp ói (nôn) có thể xảy ra sau cơn động kinh trước khi người lên cơn động kinh hoàn toàn tỉnh táo. Do đó, nên đặt đầu của nạn nhân xoay về một bên để chất ói sẽ thoát ra khỏi miệng và không bị hút trở vào. Ở lại với nạn nhân cho đến khi họ hồi phục (từ 5 đến 20 phút).

Gọi xe cứu thương 000 nếu:

- ✓ cơn động kinh kéo dài trên 5 phút hoặc cơn động kinh thứ nhì xảy ra liền sau đó.
- ✓ người lên cơn động kinh không tỉnh lại trong vòng 5 phút sau khi cơn động kinh chấm dứt.
- ✓ cơn động kinh xảy ra ở dưới nước.
- ✓ người lên cơn động kinh bị thương.
- ✓ người lên cơn động kinh có thai hay bị bệnh tiểu đường.
- ✓ quý vị biết hoặc tin rằng nạn nhân bị lên cơn động kinh lần đầu tiên.
- ✓ quý vị phân vân không biết nên làm gì.

Cơ động kinh bán phần phức tạp



Với cơ động kinh loại này, nạn nhân có thể có vẻ không nhạy bén và ngờ ngác. Họ có thể có những cử động tự ý chẳng như chép miệng, đi lang thang hoặc bàn tay cử động vụng về. Nạn nhân có thể biểu hiện những hành vi không phù hợp, có thể bị hiểu lầm là họ bị say rượu hoặc ma túy.

- ✓ Trong cơ động kinh bán phần phức tạp quý vị có thể cần phải nhẹ nhàng diu dắt để người lên cơn động kinh tránh các chướng ngại vật và tránh xa những nơi nguy hiểm.
- ✓ Khi cơn động kinh chấm dứt, tìm cách nói chuyện với nạn nhân và hỏi xem họ hồi phục chưa.
- ✓ Gọi xe cứu thương nếu sau 5 phút mà nạn nhân chưa hồi phục.

Cơ vắng

Cơ vắng khiến cho người lên cơn động kinh bị mất ý thức trong giây lát. Nạn nhân nhìn trần trần một cách xa vắng, mắt có thể trợn ngược và chớp mắt. Nạn nhân có thể bị hiểu lầm là đang mơ mộng. Nhận ra họ bị lên cơn động kinh, trấn an nạn nhân và lặp lại bất cứ chi tiết nào mà có thể họ không nghe được trong lúc xảy ra cơn động kinh.

SƠ CỨU CƠ ĐỘNG KINH XẢY RA Ở DƯỚI NƯỚC



Trong những tình huống nhất định, bị mất ý thức là trường hợp đặc biệt nguy hiểm và phải nỗ lực cấp cứu triệt để hơn bình thường. Bị lên cơn động kinh ở dưới nước là tình huống nguy đến tính mạng.

Nếu có người bị lên cơn động kinh ở dưới nước, thí dụ như trong bồn tắm, hồ bơi:

- ✓ Nâng đỡ nạn nhân ở dưới nước, đầu ngửa ra sau để mặt và đầu họ nằm trên mặt nước.
- ✓ Đem nạn nhân ra khỏi nước ngay sau khi những cử động co giật của cơn động kinh chấm dứt.
- ✓ Kiểm xem nạn nhân còn thở không, nếu không thì thực hiện phương pháp CPR (Hồi Sinh Tim Phổi) ngay.
- ✓ Gọi xe cứu thương cho dù dường như nạn nhân hồi phục hoàn toàn, họ cần phải được khám sức khỏe toàn diện. Nước lọt vào phổi hay tim có thể gây tác hại.

Đề phòng: Nếu cơn động kinh xảy ra trên bờ trong hoạt động bơi lội, người lên cơn động kinh không nên tiếp tục bơi lội hoặc chơi môn thể thao dưới nước vào ngày này dù họ có vẻ đã hồi phục hoàn toàn.

SƠ CỨU XE LĂN



Nếu có người bị lên cơn động kinh trong lúc:

Đang ngồi **xe lăn**

Đang ngồi trên **xe buýt, xe lửa hay xe điện (tram)**

Cài nịt trong **xe đẩy (pram hoặc stroller)**

Hãy Giữ Bình Tĩnh, Dừng Lại và Quan Sát

Đừng tìm cách khống chế cơn động kinh.

Đừng nhét bất cứ vật gì vào miệng nạn nhân.

Đừng tìm cách xê dịch nạn nhân – trong đa số trường hợp chiếc ghế là chỗ dựa phần nào.

Tuy nhiên, nếu trong miệng nạn nhân có thức ăn, nước hoặc chất ói, dời nạn nhân ra khỏi ghế và đặt họ nằm nghiêng ngay lập tức.

Nếu không cần phải thực hiện điều trên, sử dụng những hướng dẫn sau đây.

Lúc cơn động kinh diễn ra:

- ✓ Bảo vệ nạn nhân bằng cách đừng để họ bị té ngã nếu không có dây nịt/cài an toàn.
- ✓ Bảo đảm xe lăn hoặc xe đẩy ở trong tình trạng vững chắc.
- ✓ Bảo vệ nạn nhân bằng cách nâng đỡ đầu của họ. Lót vật mềm dưới đầu sẽ có lợi nếu ghế không có sẵn chỗ tựa đầu.
- ✓ Kiểm xem quý vị có cần dẹp bất cứ vật cứng nào xung quanh đặc biệt là những thứ có thể gây thương tích cho tay và chân.
- ✓ Đôi khi cần phải dời nạn nhân ra khỏi ghế sau khi cơn động kinh chấm dứt nếu đường hô hấp của họ bị tắt nghẽn.

Thông thường nạn nhân sẽ tỉnh lại trong vòng một vài phút. Trấn an nạn nhân và thuật lại cho họ biết chuyện đã xảy ra.

Thông tin này đã được phỏng theo Epifile: cẩm nang quản lý chứng động kinh Epilepsy Australia. Ấn bản thứ nhì năm 2004.



Epilepsy Australia

Tổ chức chứng động kinh do người tiêu dùng quản trị lớn nhất Úc

Epilepsy Australia Ltd

Trụ Sở Chính
818 – 822 Burke Road
Camberwell Vic 3124
ĐT 03 9805 9111
Fax 03 9882 7159
epilepsy@epilepsy.asn.au
www.epilepsyaustralia.net

Epilepsy ACT

27 Mulley St Holder ACT 2611
ĐT 02 6287 4555
Fax 02 6287 4556
epilepsy@epilepsyact.org.au
www.epilepsyact.org.au

Epilepsy Australia in NSW

PO Box 1049 Baulkham Hills NSW 2153
ĐT 02 9674 9966
Fax 02 9620 7087
epilepsy@epilepsyaustralia.net

The Epilepsy Centre

266 Port Rd Hindmarsh SA 5007
ĐT 08 8445 6131
Fax 08 8445 6387
enquiries@epilepsycentre.org.au
www.epilepsycentre.org.au

Epilepsy Association of Tasmania Inc

PO Box 562 Burnie Tas 7320
ĐT 03 6431 7848
Fax 03 6431 5566
etas.nw@bigpond.net.au
www.epilepsytasmania.org

Epilepsy Association of Western Australia Inc

The Niche
11 Aberdare Rd Nedlands WA 6009
ĐT 08 9346 7699
Fax 08 9346 7696
epilepsy@cnswa.com
www.epilepsywa.org.au

Epilepsy Foundation of Victoria

818 Burke Rd Camberwell Vic 3124
ĐT 03 9805 9111
Fax 03 9882 7159
epilepsy@epilepsy.asn.au
www.epinet.org.au

Epilepsy Queensland Inc

Level 2 Gabba Towers
411 Vulture Street Woolloongabba Qld 4102
ĐT 07 3435 5000
Fax 07 3435 5025
epilepsy@epilepsyqueensland.com.au
www.epilepsyqueensland.com.au

Muốn biết thêm thông tin về chứng động kinh, cách chữa trị và đối phó, xin gọi số

1300 852 853

Bãi Miễn Trách Nhiệm: Dù theo chúng tôi biết thông tin trong tài liệu này là chính xác và hữu ích, nhưng không có ngụ ý thay thế việc trực tiếp tiếp xúc với hiệp hội chứng động kinh cộng đồng của quý vị hoặc với chuyên viên y tế thích hợp.