



آموزش به بیمار

سندروم گیلن باره



مرکز آموزشی پژوهشی

درمانی شهید هاشمی نژاد

واحد آموزش به بیمار



منبع: www.medlineplus.com

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی
نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ و یا با شماره ۳۱۰۹ داخلی
بخش اعصاب (۲۴۱۹)

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه
روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات
شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد. جهت
دریافت پمفلت های آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



فعالیت

- اگر بیمار قادر به حرکت نباشد تغییر وضعیت مکرر هر دو ساعت و استفاده از تشک موج، ماساژ پوست و استفاده از نرم کننده ها (روغن زیتون یا بنفشه) جهت جلوگیری از شکنندگی پوست
- بالا قرار دادن سر تخت جهت تنفس بهتر و انجام سرفه موثر جهت خروج ترشحات
- اندامهای انتهایی را در وضعیت صحیح نگهداری کنید و روزی ۲ بار ورزش های غیر فعال مانند شل و سفت کردن عضلات در محدوده حرکتی هر عضو انجام دهید
- اقدامات ایمنی در منزل اجرا شود، اطافها دارای نور مناسب باشد و از گذاشتن وسایل در وسط اتاق اجتناب کنید
- از یک چارچوب برای جلوگیری از تماس و فشار آوردن روانداز یا پتو به بدن استفاده کنید
- برای انجام کارهای شخصی از وسایل کمکی مانند عصا و واکر استفاده کنید
- انجام فعالیتهای روزانه در حد تحمل و استراحت در بین فعالیتهای

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید

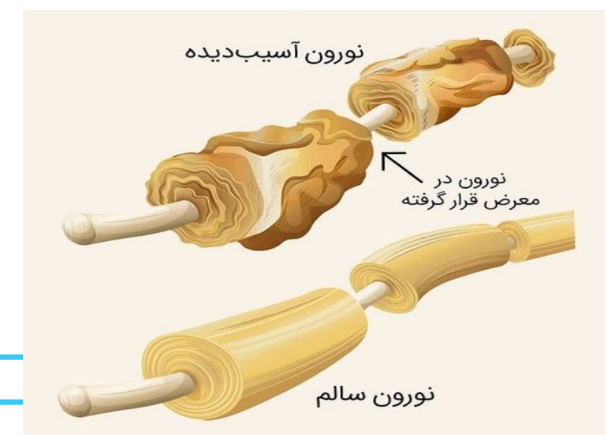


سندرم گیلن باره

سندرم گیلن باره شایع ترین علت فلج شل حاد است. در سندرم گیلن باره حملات خودایمنی متوجه میلین اعصاب محیطی می گردد، نتیجه آن تخریب سریع اعصاب محیطی و برخی اعصاب جمجمه ای می باشد که سبب ضعف بالا رونده و بی حسی می شود

برخی ویروس ها مانند ویروس نقص سیستم ایمنی، متداول ترین عوامل عفونی هستند که با پیدایش سندرم گیلن باره در ارتباط هستند

گیلن باره می تواند به دنبال عفونت های ویروسی (علائم تنفسی یا گوارشی) یا ندرتا به دنبال واکسن زدن ایجاد شود. گاهی هیچ علت مشخصی برای آن پیدا نمی شود



عوامل ایجاد بیماری چیست؟

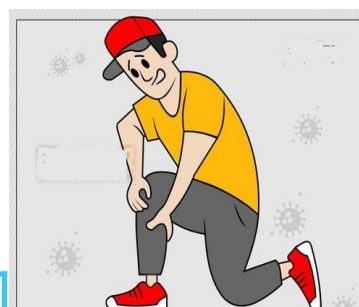
علت بیماری گیلن باره ناشناخته است. عوامل ژنتیکی و محیطی در ایجاد آن موثر است

- ♦ عفونت تنفسی (سرما خوردگی، آنفولانزا) یا گوارشی
 - ♦ واکسیناسیون، حاملگی و یا جراحی
- این عوامل باعث واکنش دفاعی (خود ایمنی) شده که با حمله به اعصاب، باعث التهاب و تورم و تخریب و اختلال در هدایت می شود

علائم بیماری:

اولین علامت معمولاً احساس سوزن سوزن شدن در انگشتان پا و خود پاها است. سوزش سپس به سمت بازوها و انگشتانانتان گسترش می یابد.

۱. احساس سوزش یا خارش در انگشتان دست و پا
۲. ضعف عضلانی در پاهای شما که به بدن شما منتقل می شود و در طول زمان بدتر می شود
۳. مشکل در پیاده روی طولانی مدت
۴. مشکل در حرکت چشم ها یا چهره، صحبت کردن، جویدن یا بلعیدن
۵. کمر درد شدید
۶. از دست دادن کنترل مثانه
۷. افزایش ضربان قلب
۸. دشواری تنفس
۹. فلجی



خودمراقبتی در منزل:

رژیم غذایی

- در صورت داشتن بلع استفاده از مایعات غلیظ مانند فرنی و به تدریج از غذاهای نیمه جامد استفاده شود
- بهتر است حجم کم و تعداد دفعات بیشتر باشد
- برای بلع بهتر در وضعیت نشسته قرار گرفته و کمی گردن خود را خم کنید و آهسته غذا بخورید
- از آنجا که عضلات جویدن در هنگام صبح قویتر هستند، مقدار مواد غذایی پر انرژی در صبحانه باید افزایش یابد
- ویتامین B12 که کمبود آن منجر به آسیب غلاف میلین می شود برای بیماران گیلن باره ضروری است. منابع تغذیه در گیلن باره برای دریافت ویتامین B12 شامل ماهی، گوشت، تخم مرغ و شیر است.
- ویتامین B6 نیز برای این بیماران ضروری است. منابع غذایی ویتامین B6 شامل سیب درختی، موز، سیب زمینی، آووکادو و پسته است.
- رژیم غذایی در گیلن باره که حاوی بسیاری از اسیدهای چرب ضروری موجود در ماهی های روغنی، آجیل، دانه ها و هم چنین روغن زیتون است، توصیه می شود.

