अंत में, सुनिश्चित करें कि आपका बच्चा [6,8,9]

वयस्कों की देखरेख में तैरता या जल क्रीड़ा करता है

उसका उचित नींद का एक कार्यक्रम है

नहाने के बजाय शॉवर लेता है

समय पर और निर्देशानुसार दवाएँ प्राप्त करता है

उचित उपचार से दौरों को नियंत्रित किया जा सकता है।

व्यक्तिगत तौर पर मिर्गी से पीड़ित 70% लोग दौरे-रोधी (एंटी-सिज़र्स) दवाओं के उचित उपयोग से दौरों से मुक्त हो सकते हैं। [10]

Reference

1. Olusanya BO, Wright SM, Nair MKC, Boo NY, Halpern R, Kuper H, et al. Global Burden of Childhood Epilepsy, Intellectual Disability, and Sensory Impairments. Pediatrics. 2020 Jul;146(1):e20192623.
2. Srivastava K, Agarwal E, Rajadhyaksha S et.al. Significant treatment gap and co-morbidities identified in an epidemiological survey of pediatric epilepsy in rural suburbs of India. Seizure. 2021 Oct;91:417-424.
3. Epilepsy in Children. Available at: https://medlineplus.gov/ency/article/007681.htm. Accessed on Jan 12, 2023.
4. Febrile seizures. Available at: https://www.nhs.uk/conditions/febrile-seizures/. Accessed on Jan 12, 2023.
5. Epilepsy in children. Available at: https://www.hopkinsmedicine.org/neurology_neurosurgery/centers_clinics/epilepsy/epilepsy-in-children.html. Accessed on Jan 12, 2023.
6. How to make a seizure safety plan [Internet]. Available at: https://www.childrenscolorado.org/doctors-and-departments/departments/neuroscience-institute/resources-for-families/seizure-safety/. Accessed on Feb 10, 2023.
7. Seizures. Available at: https://kidshealth.org/en/parents/seizure.html. Accessed on Jan 12, 2023.
8. Schachter SC. https://www.epilepsy.com/what-is-epilepsy/seizure-triggers#What-are-some-commonly-reported-triggers? Accessed on Oct 20, 2022.
9. Advice for patients who have epilepsy and/or seizures. Available at- https://www.stgeorges.nhs.uk/wp-content/uploads/2015/06/AMC_SAE_01.pdf. Accessed on Oct 20, 2022.
10. Epilepsy. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy. Accessed Oct 20, 2022.

MAT-IN-2301339-V1.0-06/2023

sanofi **Sanofi India Limited**
Sanofi House CTS No. 117-B, L&T Business Park, Saki Vihar Road, Powai, Mumbai - 400072, India.

sanofi

बच्चों में मिर्गी

दुनियाभर में, 291 मिलियन से अधिक बच्चों को मिर्गी है।[1]

भारत में प्रत्येक 1000 में से लगभग 3 बच्चे मिर्गी से पीड़ित हैं।[2]

ऐसे मामलों में कुछ प्रकार की मिर्गी केवल बच्चों में ही होती है[3,4]

- आपका बच्चा विचलित हो सकता है दिमागी तौर पर शून्य हो सकता है, अपनी सतर्कता खो सकता है
- आपके बच्चे को बुखार के दौरान दौरे का भी अनुभव हो सकता है, जो अक्सर संक्रमण के कारण होता है। इस दौरान ये लक्षण हो सकते हैं:

शरीर में अकड़न होना | हाथ-पैरों में मरोड़ होना
होश खो देना | वे स्वयं को गीला या गंदा कर सकते हैं

आपको भी बच्चे में ये लक्षण दिख सकते हैं[5]

- घूरना/ ताकना
- तेजी से आंख का झपकना
- हाथों या पैरों का हिलना-डुलना
- लयबद्ध तरीके से सिर हिलाना
- अचानक गिरना
- साँस की परेशानी
- भ्रमित होना
- आंत्र नियंत्रण में कमी
- थोड़े समय के लिए शोर पर प्रतिक्रिया न करना

दौरे के एक प्रकरण के बाद, आपका बच्चा नींद या भ्रमित महसूस कर सकता है।[5]

जब आपके बच्चे को दौरा पड़े तो आप क्या कर सकते हैं?[6]

- अपने बच्चे के साथ तब तक रहें जब तक वह पूरी तरह से होश में न आ जाए
- शांत रहें क्योंकि आप दौरे को रोक नहीं सकते हैं
- दौरे के दौरान होने वाली गतिविधियों को रोकने की कोशिश न करें

समझें कि आपके बच्चे में क्या मिर्गी को ट्रिगर करता है और उनसे बचने का प्रयास करें[3,7,8]

चमकती चमकदार रोशनी

नींद कम आना

पोषक तत्वों की कमी या निर्जलीकरण

भूख

बीमारी (बुखार आना/ कुछ और)

छूटी हुई दवाएँ

जब आपके बच्चे को दौरा पड़े तो निम्नलिखित का रिकॉर्ड रखें[6,8]

- दौरा कब पड़ा?
- दौरे से ठीक पहले क्या हुआ था (कोई ट्रिगर)?
- दौरे के दौरान और उसके बाद क्या हुआ?
- दौरा कितने समय तक चला?

इसके अलावा, दौरे के दौरान वीडियो रिकॉर्ड करें ताकि आपके बच्चे के चिकित्सक समीक्षा कर सकें