शेवटी, तुमचे मूल हे करेल याची खात्री करा[6,8,9]

प्रौढांच्या देखरेखीखाली पोहणे किंवा वॉटर स्पोर्ट्स खेळणे

झोपेचे योग्य वेळापत्रक ठेवणे

आंघोळीऐवजी शॉवर घेणे

वेळेवर आणि निर्देशानुसार औषधे घेणे

योग्य उपचाराने फेफरे नियंत्रित केले जाऊ शकतात.[10]

अपस्मार असलेल्या मुलांपैकी 70% मुले फेफरेविरोधी औषधांच्या योग्य वापराने फेफरे-मुक्त होऊ शकतात.[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

अपस्मार
लहान मुलांमधला

जागतिक स्तरावर,
291 दशलक्षांपेक्षा
अधिक मुलांना अपस्मार आहे.[1]

भारतात अपस्माराने ग्रस्त
असलेल्या दर 1000 पैकी
जवळपास 3 मुले आहेत.[2]

काही प्रकारचे अपस्मार फक्त मुलांमध्ये आढळतात, अशा परिस्थितीत[3,4]

- तुमच्या मुलाचे आजूबाजूच्या परिस्थितीचे भान हरवू शकते, भावशून्य होऊ शकते, त्याची सतर्कता गमावू शकते
- तुमच्या मुलाला ताप असताना, अनेकदा संसर्गामुळेही फेफरे येऊ शकते. या कालावधीत, पुढील लक्षणे दिसू शकतात:

शरीरात ताठरपणा येणे

हात आणि पायांमध्ये हिसके बसणे

शुद्ध हरपणे

ते जागेवरच मूत्र उत्सर्जन किंवा शौच करू शकतात.

तुम्हाला ही लक्षणे सुद्धा लहान मुलांमध्ये दिसू शकतात[5]

- टक लावून पाहणे
- डोळे वेगाने लुकलुकणे
- हात किंवा पायांच्या हिसका देणाऱ्या हालचाली
- डोके लयीत हलवणे
- अचानक पडणे
- श्वासोच्छवासाच्या समस्या
- गोंधळल्यासारखे दिसणे
- आतड्यांवरील नियंत्रण जाणे
- थोड्या काळासाठी आवाजाला प्रतिसाद न देणे

फेफरे येऊन गेल्यानंतर, तुमच्या मुलाला झोप आल्यासारखे किंवा गोंधळल्यासारखे वाटू शकते.[5]

तुमच्या मुलाला फेफरे आल्यावर तुम्ही काय करू शकता?[6]

जोपर्यंत तुमचे मूल पूर्णपणे शुद्धीवर येत नाही तोपर्यंत त्याच्यासोबत रहा	शांत रहा कारण तुम्ही फेफरे थांबवू शकत नाही	फेफरे येत असताना होणाऱ्या हालचाली थांबवण्याचा प्रयत्न करू नका

तुमच्या मुलामध्ये अपस्मारासाठी काय कारणीभूत ठरते ते समजून घ्या आणि ते टाळण्याचा प्रयत्न करा[3,7,8]

चमकणारे तेजस्वी दिवे

झोप कमी होणे

पोषणाची कमतरता किंवा निर्जलीकरण

भूक

आजार (तापासह/ तापाशिवाय)

घ्यायची राहिलेली औषधे

तुमच्या मुलाला फेफरे येतात तेव्हा पुढील गोष्टींची नोंद ठेवा[6,8]

- फेफरे कधी आले?
- फेफरे येण्यापूर्वी (काही ट्रिगर्स) काय झाले?
- फेफऱ्यां दरम्यान आणि नंतर काय झाले?
- फेफरे किती काळ राहिले?

याशिवाय फेफरे आले असताना व्हिडिओ रेकॉर्ड करा जेणेकरून तुमच्या मुलाचे डॉक्टर पुनरावलोकन करू शकतील