

வயதானவர்களில் கால்-கை வலிப்பு

ஒரு வயதான நோயாளி கால்-கை வலிப்பு நோயால் பாதிக்கப்படும்போது நீங்கள் இந்த விஷயங்களைச் செய்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும் ⁷

வலிப்புத்தாக்கம் முழுமையாக முடிந்து, நபர் மீண்டும் முழுமையாக விழிப்புடன் இருக்கும் வரை எதையும் வலுக்கட்டாயமாக வாயில் கொடுக்க வேண்டாம். இதில் மருந்துகள் அல்லது திரவங்களும் அடங்கும்.

தசை அசைவுகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டாம். ஏனெனில் இது தசைகளுக்கு சேதத்தை ஏற்படுத்தும். வயதான நோயாளிகளின் எலும்புகள் உடையக்கூடியதாக இருப்பதால் இது எலும்பு முறிவுகளையும் ஏற்படுத்தலாம்.



கால்-கை வலிப்பு உள்ள பெரும்பாலான வயதான நோயாளிகள் பொருத்தமான சிகிச்சையுடன் வலிப்புத்தாக்கங்களை நன்கு கட்டுப்படுத்த முடியும். ^{4,8}

கால்-கை வலிப்புடன் வாழும் வயதான நோயாளிகளில் 62% வரை இரண்டு ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு வலிப்புத்தாக்கமின்றி மாறலாம். ⁹

References:

1. Liu S, Yu W, Lü Y. The causes of new-onset epilepsy and seizures in the elderly. *Neuropsychiatr Dis Treat*. 2016 Jun 17;12:1425-34.
2. Amudhan S, Gururaj G, Satishchandra P. Epilepsy in India I: Epidemiology and public health. *Ann Indian Acad Neurol*. 2015 Jul-Sep;18(3):263-77.
3. Schachter SC. Seizure triggers [Internet] [Updated 2022]. Available at: <https://www.epilepsy.com/what-is-epilepsy/seizure-triggers/#What-are-some-commonly-reported-triggers?> Accessed on Oct 20, 2022.
4. Epilepsy & seizure in older adults [Internet] [Sep 13, 2021]. Available at: <https://www.cdc.gov/epilepsy/communications/features/olderadults.htm>. Accessed on Jan 13, 2023.
5. 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.
6. Epilepsy - first aid and safety [Internet] [Updated Mar 11, 2020]. Available at: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsand-treatments/epilepsy-first-aid-and-safety#epilepsy-and-your-safety>. Accessed on Jan 13, 2023.
7. Seizures and seniors [Internet]. Available at: <https://epilepsy.chicago.org/what-is-epilepsy/first-aid/first-aid-for-seniors/>. Accessed on Feb 10, 2023.
8. Epilepsy. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy>. Accessed Oct 20, 2022.
9. Acharya JN, Acharya VJ. Epilepsy in the elderly: Special considerations and challenges. *Ann Indian Acad Neurol*. 2014 Mar;17 (Suppl 1):S18-26.

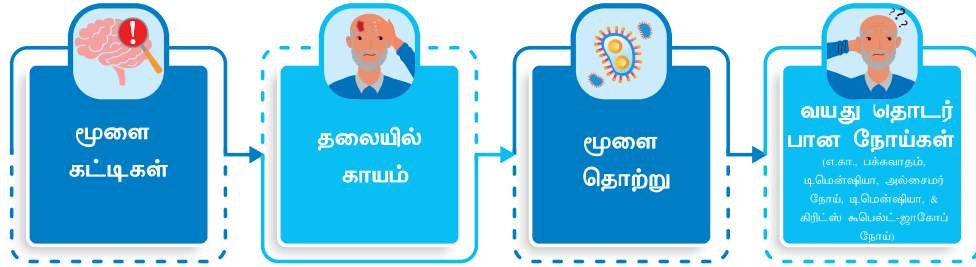




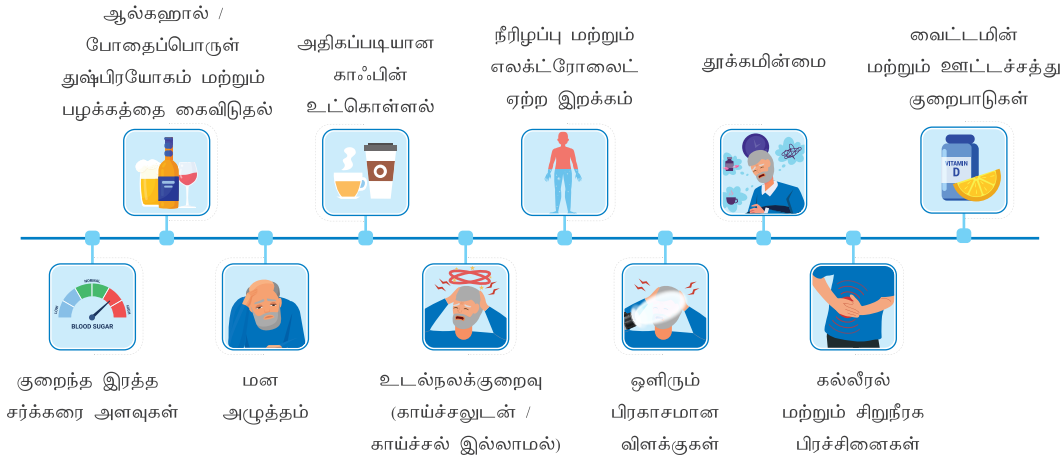
உலகளவில், ஒவ்வொரு ஆண்டும் 100,000 பேருக்கு 240 பேர் வயதான நோயாளிகள் (≥65 ஆண்டுகள்) வரை கால்-கை வலிப்பு நோயால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். ¹

இந்தியாவில் 1,000 முதியவர்களில் 12 பேர் வலிப்பு நோயால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். ²

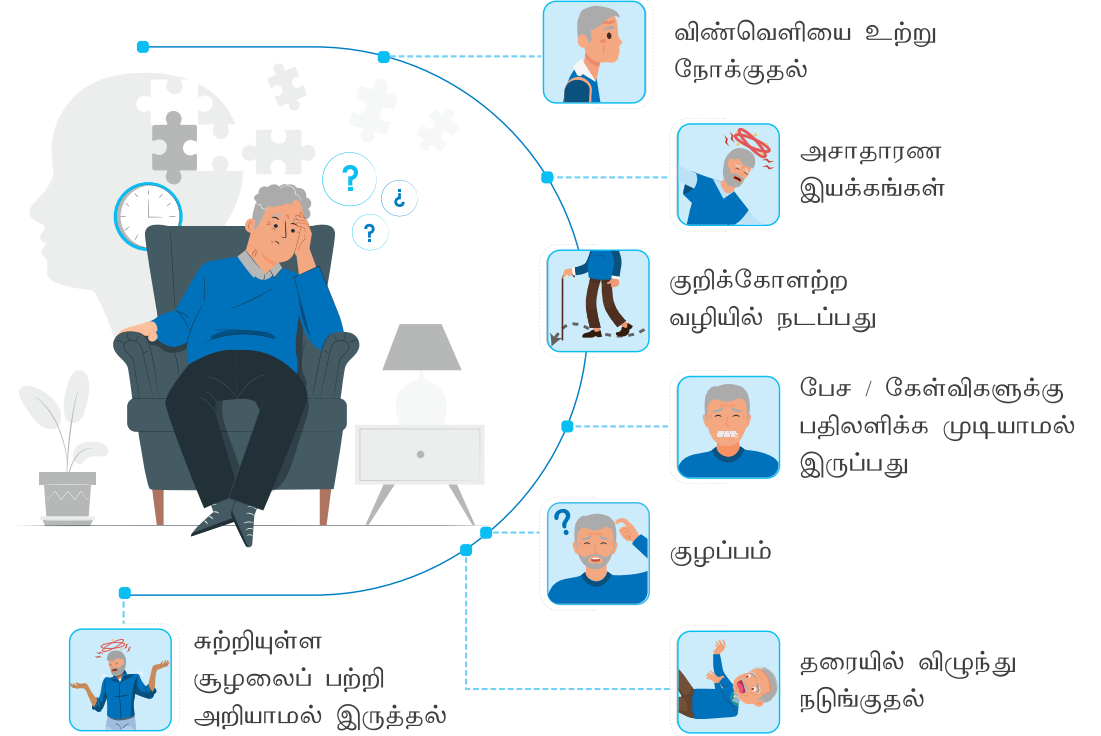
மூளைக் காயங்கள் அல்லது பிற காரணிகளால் வயதானவர்களில் வலிப்புத்தாக்கங்கள் மிகவும் பொதுவானவை: ¹



கூடுதலாக, சில காரணிகள் வயதானவர்களில் கால்-கை வலிப்பைத் தூண்டும், அவை: ³



வயதானவர்களில் கால்-கை வலிப்பின் பின்வரும் அறிகுறிகளை நீங்கள் கவனிக்கலாம் ⁴



உங்கள் குடும்பத்தில் ஒரு வயதான உறுப்பினர் வலிப்புத்தாக்கத்தால் பாதிக்கப்பட்டால், நீங்கள் பின்வரும் முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளை எடுக்கலாம்: ^{5,6}

குளிக்கும் போது கதவை பூட்ட அனுமதிக்காதீர்கள். ஸ்லைடிங் கதவுகள் மற்றும் வெளிப்புற திறப்பு கதவுகள் இருக்க வேண்டும்.

ஷவர் நாற்காலியைப் பயன்படுத்தவும், யாராவது வீட்டில் இருக்கும் போது மட்டுமே குளிக்கவும்

கண்ணாடியால் செய்யப்பட்ட பொருட்களைத் தவிர்க்கவும்



அவர்கள் குளிப்பதற்கு பதிலாக ஷவரில் குளிக்கட்டும்

வீட்டின் கூர்மையான மூலைகளை மூடி வைக்கவும் (எ.கா., படுக்கை மூலைகள்)

அடிக்கடி கீழே விழும் சூழ்நிலையில் அவர்கள் பாதுகாப்பு தலைக்கவசம் அணியட்டும்