

# एपीलेप्सी (मिर्गी)

हमारे मस्तिष्क में हर वक्त विद्युतीय क्रिया होती रहती है। इस विद्युतीय क्रिया में अधिक उत्तेजना के कारण ही दौरा उत्पन्न होता है। इस तीव्र विद्युतीय क्रिया से मस्तिष्क की सामान्य कार्य प्रक्रिया बाधित होती है, जिसके फलस्वरूप मिर्गी का दौरा पड़ता है। मरीज कोई भी काम करने और समझने में असमर्थ हो जाता है।



## मिर्गी के क्या-क्या लक्षण हैं?

मिर्गी के रोगी प्रायः दौरे या ऐटन से पीड़ित रहते हैं। दौरे से रोगी में कुछ समय के लिए व्याकुलता, चक्कर आना, हाथ पैर का अनियंत्रित कंपन, होश या बेतना खोने और दूसरे मनोवैज्ञानिक लक्षण दिखाई पड़ सकते हैं।



## मिर्गी के क्या कारण हैं?

यह संभव है कि लगभग आधे रोगियों में मिर्गी का कोई पहचान योग्य कारण नहीं मिले। बाकी आधे मिर्गी रोगियों में यह स्थिति अनुवांशिक प्रभाव, सिर को चोट, लकवा या ट्यूमर जैसे मस्तिष्क के विकार, संक्रामक बीमारियों, जैसे जन्म के पूर्व वाले चोट और विकास में होने वाली गड़बड़ी के कारण हो सकती है।

### करें

- ✓ उन चीजों को पहचानें जिनसे आपके दौरे शुरू होते हैं और उनसे बचें (अत्यधिक टीवी देखना)
- ✓ आप स्वयं को, अपने दोस्तों तथा परिवार वालों को मिर्गी के बारे में शिक्षित करें ताकि वे स्थिति को समझ सकें
- ✓ नींद का नियमित समय रखें
- ✓ यथासंभव आत्मनिर्भर जीवन जिएं

### न करें

- × अपनी मिर्गी की दवा लेना न भूलें
- × डॉक्टर की सलाह के बिना दवा लेना न ही बंद करें और न इसे बदलें
- × दौरे के बारे में व्यर्थ की चिंता न किया करें
- × शराब या दूसरे नशीले पदार्थों का सेवन न करें



## मिर्गी: भ्रम और तथ्य

**भ्रम 1:** मिर्गी को प्रभावी रूप से रोकना नहीं जा सकता।

**तथ्य:** मिर्गी को नियंत्रित एवं इसका उपचार भी किया जा सकता है। दवा के राहों तथा नियमित सेवन से लगभग दो-तिहाई मिर्गी रोगी स्वस्थ हो सकते हैं।

**भ्रम 2:** मिर्गी के रोगी निष्क्रिय होते हैं और वे काम-काज नहीं कर सकते।

**तथ्य:** मिर्गी के रोगियों की शारीरिक और मानसिक क्षमता सामान्य लोगों जैसी ही होती है और रोजाना के कार्यों में उन्हें किसी की सहायता की जरूरत नहीं पड़ती। बहुत अधिक दौरे पड़ने वाले कुछ रोगियों को काम-काज करने में कठिनाई महसूस हो सकती है।

## मिर्गी

एक मस्तिष्क

विकार है जिसकी

शेकथाम दवाओं द्वारा प्रभावी रूप

से की जा सकती है। डॉक्टर की सलाह

के अनुसार दवाएं लेना और इसके प्रबंधन की

योजना के प्रति सक्रिय रहने से बार-बार आने

वाले दौरे से बचा जा सकता है।