



Epilepsy in gestation صرع در بارداری



تهیه و تنظیم:
واحد آموزش سلامت ۱۴۰۲

سوخت و ساز مصرف می شود. کتون ماده خطرناکی

نیست و آن را می توان در خون، ادرار و در هوای

تنفسی بازدم یافت. کتون انتقال پیام های عصبی را در

بدن کند می کند، لذا باعث کاهش حملات صرعی

در این افراد می شود.

• رژیم کتوژنیک که به نام رژیم تری گلیسیرید نیز

معروف است، رژیمی است که به ازای هر ۱ گرم

کربوهیدرات و پروتئین، ۳ تا ۴ گرم چربی دارد.

متخصصان تغذیه پیشنهاد می کنند که برای هر ۱

کیلوگرم وزن ۷۵ تا ۱۰۰ کالری و ۱ تا ۲ گرم پروتئین

منابع

www.pooyaonline.net
taghziye.blogpars.com
www.tebyan.net

رژیم کتوژنیک

• در رژیم کتوژنیک، حدود ۸۰ درصد کالری از

چربی تامین می گردد. • رژیم کتوژنیک [دارای](#)

[چربی زیاد و کربوهیدرات کم](#) می باشد و در

برخی از افراد مصروع، حمله را کنترل می کند.

• کتوژنیک به معنای تولید کتون (استون) در بدن

می باشد. هنگامی که بدن از چربی به عنوان

منبع انرژی استفاده می کند، کتون به وجود می

آید. غالباً بدن از کربوهیدرات (مانند: [شکر](#)، [نان](#) و

[ماکارونی](#)) برای تامین انرژی استفاده می کند، اما

چون در این رژیم کربوهیدرات بسیار کم می

باشد، [چربی](#) به جای [کربوهیدرات](#) برای تامین



صرع (EPILEPSY) عبارت است از

مجموعه ای از سندرم ها که با حملات تشنجی تکرار شونده و بدون علت تحریک کننده، مشخص می شود

صرع اولیه (ایدیوپاتیک): که اختلال

مشخصی در سیستم عصبی مرکزی وجود ندارد و اغلب زمینه ژنتیکی دارد .

صرع ثانویه یا علامتی: که با اختلال

مشخص در سیستم عصبی مرکزی تعریف می گردد. در مجموع این دو گروه طیفی از ضربات ناگهانی سر، عفونت ها، تومورهای مغزی، اختلالات متابولیک مغز، مشکلات زایمان و فاکتورهای ژنتیک را در بر می گیرند .

اگر زن مصروعی که داروی ضد صرع مصرف می کند، تصمیم به بارداری بگیرد، باید قبل از آن خوردن اسید فولیک مکمل (۴ تا ۵ میلی گرم در روز) را شروع کند، زیرا ثابت شده است که مکمل اسید فولیک قادر است خطر به وجود آمدن اختلالات عصبی را در جنین کاهش دهد.

داروها نیز در حین بارداری ادامه پیدا می کند و نحوه زایمان هم بنا به تصمیم پزشک است. بعد از زایمان نیز مادر می تواند به فرزند خود شیر دهد زیرا مصرف داروها تأثیر منفی در فرزند وی ندارد، بلکه توجه به این مسئله ضروری است که اگر خانم باردار در دوران بارداری بدون مشاوره پزشک، خودسرانه داروی خود را قطع نماید و دچار حمله تشنج گردد، این امر می تواند

برای وی خطرناک باشد

مرحله اول: رابطه بین صرع و تغذیه: رژیم غذایی نقشی در صرع ندارد. اما باید بدانیم که داروهای ضد صرع با دریافت **کلسیم** و **ویتامین D**، **تداخل** می کنند، لذا دریافت مکمل های این دو ماده مغذی، بسیار مهم است.

مرحله دوم: تغییر عادات غذایی

- رژیم متعادل را رعایت کنید.

- **الکل** ننوشید.

- **خواب** کافی داشته باشید.

- اگر احتیاج به دارویی غیر از داروهای ضد صرع دارید، حتما با پزشک خود در میان بگذارید.

• از موقعیت ها و یا فعالیت هایی که حمله صرع را افزایش می دهند، دوری کنید.

مرحله سوم: نکات مهم در رابطه با رژیم غذایی

اگر شما داروی ضد صرع فنوباربیتال، فنی توئین یا پیریمیدن استفاده می کنید، حتما **مکمل ویتامین D** را مصرف کنید تا موجب نرمی و شکنندگی استخوان هایتان نشود.