तपाइले याद गनुपर्ने कुराहरू

- साइकल, मोटरसाइकल, गाडी नचलाउने ।
- खोला, पोखरी या स्वीमिङ्ग पुलमा एक्लै नजाने
- रुख छाना या बार नभएको अग्लो ठाउँमा नचढने
- आगो, धारिलो वस्तु या मेसीनमा काम नगर्ने ।
- अनिदो, खालिपेट नबस्ने ।
- नियमित जिन्दगी बिताउने अर्थात समयमा सुत्ने, समयमा उठ्ने, समयमा खाने, नियमित व्यायाम गर्ने ।
- रक्सी या अन्य लागु पदार्थको सेवन नगर्ने ।
- यस रोगमा अरु खाना बार्नु पर्ने कुनै कारण छैन ।

छारे रोग बढाउन सक्ने कारणहरू

- सेवन गरिरहेको औषधी एक्कासी छाड्नाले
- अत्याधिक रक्सिको सेवन
- अनिदो बस्नु
- भोको पेट बस्नु
- Flickering light (झलिक मिलिक)
- **ज्वरो:** साधारणत धेरै ज्वरोको बेलामा बच्चाहरुमा मात्र देखिएपनि बयस्क मानिसमा पनि धेरै ज्वरोका बेलामा छारे रोग देखिन्छ ।

छोपि रहेको बेला के गर्ने ?

छोप्ने प्रक्रिया सुरु भयो भने यसलाई रोक्ने कुनै उपाय छैन, एक पटक सुरु भएपछि यो पुरा भएरै छाड्छ । त्यस्तो बेला तपाँईको ध्यान बिरामीले आफुले आफुलाई चोट नलगाओस, आफ्नै लुगाले नबाँधोस भन्ने हुन्छ । दाँत किटेर जिब्रो टोक्ने संभावना हुन्छ तर त्यसबाट बचाउन मुखमा हात नहाल्नुहोस, तपाँइको औला टोकीने छ । चम्चा या अरु फलामको चिजले दाँत भाचिन्छ, काठ त खोज्दा खोज्दै छाप्ने रोगको प्रक्रिया रोकिसकेको हुन्छ । एक पछि अर्को लगातार छोप्ने भएमा बिरामीलाई तुरुन्त अस्पताल पुर्याउनु पर्छ । यस्तो बेलामा पानी खुवाउदा सर्केर पानी फोक्सोमा जान सक्छ । त्यस्तै जुत्ता मोजा सुघाँउनाले कुनै फाईदा गर्दैन ।

सामान्य जिवन बिताँउछ

यस रोगको लागी आफुलाई भागिदार नठान्नुहोस नत बाबु आमाको नै यसमा कुनै हात छ । यसको लागी दुखी या घृणित हुनु पर्ने कुनै कारण छैन । यो रोग लागेमा पनि तपाँई सामान्य व्यक्तिको जस्तो जिवन बिताउन सक्नु हुन्छ । धेरै जसो व्यवसाय गर्न सक्नु हुन्छ । विवाह गर्न सक्नु हुन्छ । खाली तपाँइलाई आत्म बल, बुझ्ने परिवार, मिल्ने साथी र सहयोगी डाक्टरको साथको खाँचो छ । आत्मबलका साथ आफ्नो जिवन बिताउनुहोस ।

Mobile Health Record

तपाईको मेडिकल रेकर्ड तपाईको आफ्नै मोबाइलमा
Download Mobile Health Record App
Get it on Google play | Available on the App Store
For More Information
Family Health Nepal
www.familyhealthnepal.com

Jeevan Bardan Surgical Support:
One time investment for lifetime health security.
आजीवन स्वास्थ्य सुरक्षाको लागि
एक पटकको स्वास्थ्यमा लगानी

For Details:
Annapurna Health Co-operative Ltd.
Hotline No.: 9801203458

For Details:
Family Health Nepal
Hotline No.: 9801203380

अन्नपूर्ण न्यूरो अस्पतालमा पाल्नुहुने बिरामीका आगन्तुकहरुलाई
फलफूल, पुष्पगुच्छा, जुस ल्याउनुको सट्टा
"GET WELL SOON CARD"
प्रदान गरी बिरामीलाई आर्थिक सहयोग गर्न प्रोत्साहन गर्दछौं ।

"GET WELL SOON CARD"
अस्पतालभित्रको फार्मेसीमा उपलब्ध छ ।

बिरामीलाई प्रदान गरिएको "GET WELL SOON CARD" डिस्चार्चको समयमा
काउन्टरमा पेश गरे पश्चात कार्ड बराबरको रकम बिरामीको अन्तिम बिलबाट कट्टा गरिनेछ ।

For OPD Appointment please call us at
Tel: 01-4256656, 4256568
Hotline: 9801203361 / 9801203351

ANNAPURNA NEUROLOGICAL INSTITUTE & ALLIED SCIENCES

Together for Epilepsy Awareness

छारे रोग के हो ?

एक संक्षिप्त जानकारी

अन्नपूर्ण न्यूरो अस्पताल

Post Box No.:24663 Maitighar, Kathmandu, Nepal
Tel: 01-4256656,4256568, Hotline: 9801203351/61
Email: anias@wlink.com.np
Website: www.annapurnahospital.com.np

परिचय

हाम्रो दिमागले शरीररको सबै अंगलाई नियन्त्रण गर्दछ । यो शरीरको पावर हाउस अथवा कम्प्युटर केन्द्र जस्तो हो । यसैको नियन्त्रणले हामी हिड्ने, बोल्ने, लेख्ने, पढ्न सक्छौ । दिमागको सन्तुलनले नै हामीलाई होसमा राख्दछ । यदि यसको सन्तुलन बिग्रीएमा हामी केही बेरको लागी बेहोस हुन्छौ । यसैलाई छोप्ने रोग भन्ने गरिन्छ र पटक पटक भइरहेमा "छारे रोग" भनिन्छ तर सबै छोप्ने रोगहरु छारे होइनन् ।

यसको कारण

हाम्रो दिमाग करेण्टले चल्दछ । बिजुली बत्ती भोल्टमा बल्छ भने दिमागको करेण्ट अति कम अर्थात माइक्रो भोल्ट ले चलिरहेको हुन्छ । कुनै कारणबस दिमागको कुनै ठाउँमा करेण्ट ज्यादा भएमा त्यस गीदिको भागले कन्ट्रोल गरेको शरीरको अंग अर्थात हात खुट्टा अचानक करेण्ट लागे जस्तै झट्कीन थाल्छ । यदी यो करेण्टको प्रभाव गिदी भरी गएमा पुरै शरीरमा झट्का लागेर मान्छे बेहोस हुन थाल्छ । छोप्ने रोगको कारण यही दिमागको करेण्टको असन्तुलन हो ।

करेण्टको असन्तुलन किन त ?

हाम्रो एक अध्ययनले छोप्ने रोगको कारण मध्ये १०० जनामा ७० जना दिमागमा फित्तेकीराको फुल गएर भएको देखिएको छ । यो रोग फोहर पानी या राम्ररी नपखालेको काँचो खाना बाट सर्दछ । यो फुल केही समयमा आफै मरेर जाने हुनाले छोप्ने रोग पनि स्वत निको भएर जान्छ । १ २ वर्षको उमेर बाटै हुने छोप्ने रोग लाग्नु जन्म जात दिमागको खराबीले गर्दा हुन्छ । यस मध्ये केही छारे रोगमा परिणत हुन्छन र लामो समय या कहिले काँही जिन्दगी भर नै औषधी खानुपर्ने हुन्छ । ठुलो भएपछि पहिलो पटक सुरु भएको छोप्ने रोगको राम्ररी जाचँ गर्नु पर्ने हुन्छ । दिमागमा ट्युमर भएर, चोट लागेर, या अन्य खराबीले गर्दा पनि यस्तो भएको हुन सक्छ । यस्तो शंका भएमा CT/MRI जस्तो जाचँ गर्नु पर्ने हुन्छ ।

यो वंशानुगत रोग हो त ?

यो वंशानुगत रोग होइन । बावु या आमा कसैलाई यो रोग लागे पनि बच्चालाई यो रोग लाग्नु पर्ने कुनै कारण छैन । अति नै थौरै व्यक्तिमा मात्र यो रोग वंशाानुगत हुन्छ तर यस्तो स्थिती यती कम छकी मेरो धेरै वर्षको अनुभवमा हाल सम्म १ मात्र त्यस्तो परिवार मैले भेटेको छु जसमा छोप्ने रोगको वंशानुगत सम्बन्ध थियो । त्यसैले यो कारण छैन नै भन्दा पनि फरक पर्दैन ।

के यो रोग सरूवा हो त ?

यो कुनै पनि हालतमा सरुवा रोग होइन । छोप्ने रोग लागेको व्यक्ति सँगै सुतेर, उसको जुठो खाएर या अरु शारिरीक सम्पर्क राखेर यो रोग सर्दैन । यो रोग वंशानुगत पनि नभई सर्ने पनि नभएकोले यस्ता व्यक्ति सँग विवाह गर्ने वा नगर्ने, सँगै बस्ने या नबस्ने भन्ने निर्णय यही रोगको आधारमा मात्र लिनु उचित हुर्दैन ।

छारे रोगका किसिम

यो रोग लक्षणहरु धैरै प्रकारका हुन्छन् । पुरै शरीर कमाएर बेहोस हुने, आधा शरिर या कुनै एउटा भाग मात्र कमाउने, केहि बेर बेहोसीमा नाचे जस्तो गर्ने, केही सेकेण्ड टवाल्ल पर्ने, हिड्दा हिड्दै लड्ने र तुरुन्तै उठेर पनि हिड्ने आदी थुप्रै थरीका हुन्छन् र हरेकको उपचार पनि बेग्ला बेग्लै हुन्छ ।

उपचार कसरी ?

नियमित औषधी सेवनले ९० प्रतिशत भन्दा बढी छोप्ने रोगको नियन्त्रण गर्न सकिन्छ र यस्ता व्यक्तिहरु सबै सहजको जिन्दगी बिताउन सक्दछन् । उपचारमा तोकिएको समयमा डाक्टरलाई भेटिराख्ने, बेला बेला औषधीको मात्रा थप घट गर्ने र केहि रगतको जाचँहरु गरिराख्नु पर्ने हुन्छ । यो रोगको किसिम हेरेर केही महिना, केही वर्ष या जिन्दगी भरनै औषधीको सेवन गर्नु पर्ने हुन सक्छ ।

यस अस्पतालमा यस रोगको शल्यक्रिया पनि सुरु गरिएको छ । औषधीले नियन्त्रण हुदै नहुने बिरामीमा यो पद्दती अपनाउन सकिन्छ । यो शल्यक्रिया पछि छारे रोग सधैको लागी निको हुन सक्छ ।

औषधीको सेवन

नियमित औषधीको सेवन यो रोगको मुल मन्त्र हो ।

- औषधी हरेक दिन नबिराएर खानु पर्छ । केही हप्ताको स्टक सधै राख्नु होला ।
- कथम कदाचित एक छाक औषधी खान बिर्सिएमा अर्का छाक औषधी खाने बेलामा २ गोली खानु होला ।
- डाक्टरले रोक्नु नभने सम्म औषधी नरोक्नु होला ।
- औषधी खान सुरु गरेको बेला जिउमा डावर आउने चिलाउने आँखा पहेलो हुने जस्ता लक्षण देखिएमा औषधीको सेवन बन्द गरेर डाक्टरको सल्लाह लिनु होला ।