तथ्य:

मिर्गी से पीड़ित **65%** से अधिक लोग उचित उपचार से **छह महीने के भीतर दौरे** से मुक्त हो सकते हैं।[11]

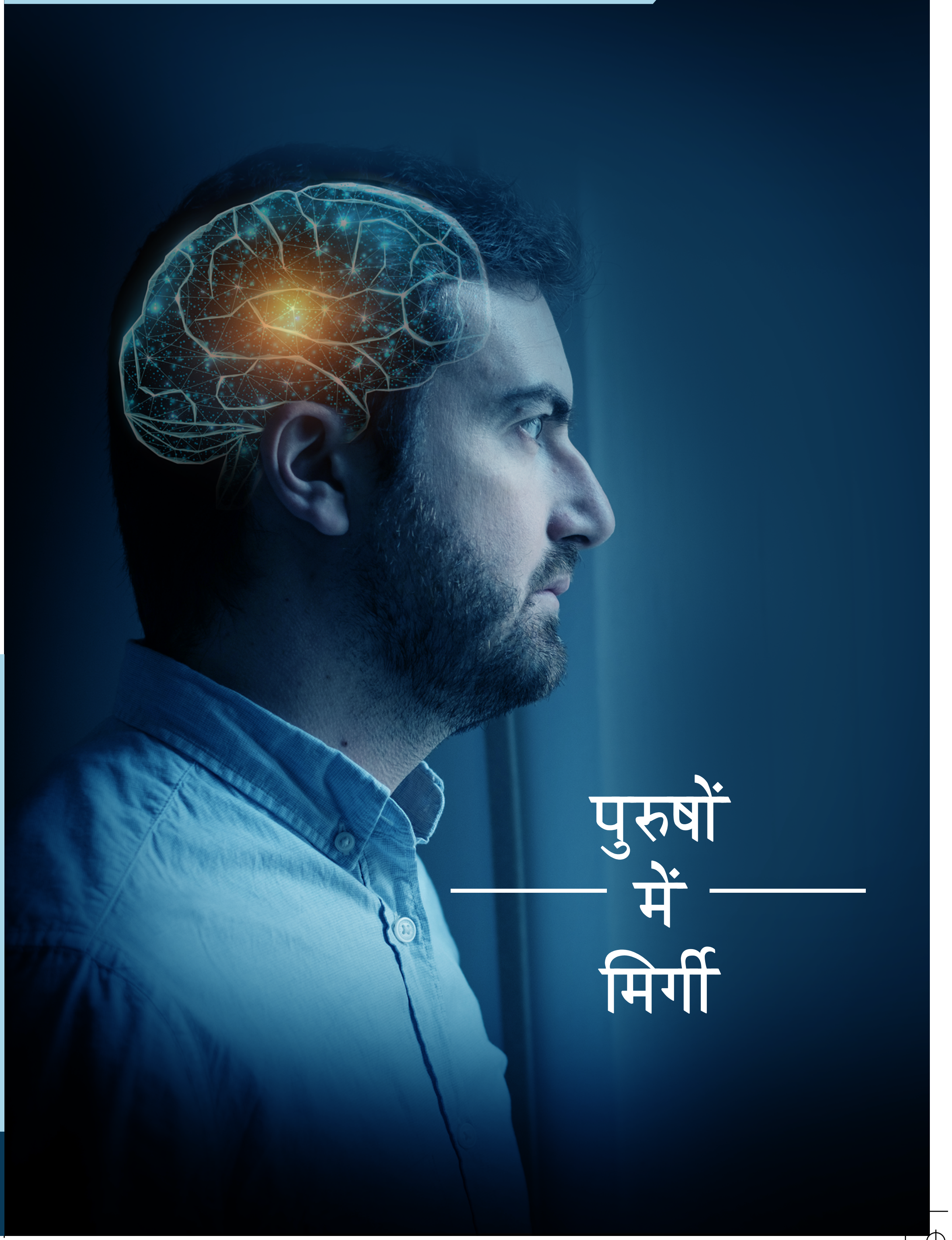
References:

1. GBD 2016 Epilepsy Collaborators. Global, regional, and national burden of epilepsy, 1990-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. Lancet Neurol. 2019 Apr;18(4):357-375.
2. India State-Level Disease Burden Initiative Neurological Disorders Collaborators. The burden of neurological disorders across the states of India: The Global Burden of Disease Study 1990-2019. Lancet Glob Health. 2021 Aug;9(8):e1129-e1144.
3. Hu Y, Shan Y, Du Q, Ding Y, Shen C, Wang S, Ding M, Xu Y. Gender and Socioeconomic Disparities in Global Burden of Epilepsy: An Analysis of Time Trends From 1990 to 2017. Front Neurol. 2021 Apr 16;12:643450.
4. Voitiuk AA. Epilepsy: Age and gender aspects. Archives in Neurology & Neuroscience. 2019May29;3(4).
5. Epilepsy or seizures – discharge [Internet]. Available at: https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000128.htm. Accessed on Feb 13, 2023.
6. Kaur S, Garg R, Aggarwal S, Chawla SPS, Pal R. Adult onset seizures: Clinical, etiological, and radiological profile. J Family Med Prim Care. 2018 Jan-Feb;7(1):191-197.
7. 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.
8. Medical management of epilepsy [Internet]. Available at: https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/epilepsy/medical-management-of-epilepsy. Accessed on Feb 13, 2023.
9. Safety at work [Internet]. Available at: https://www.epilepsy.com/preparedness-safety/staying-safe/safety-work. Accessed on Feb 13, 2023.
10. Advice for patients who have epilepsy and/or seizures [Internet] [Updated Jun 2017]. Available at: https://www.stgeorges.nhs.uk/wp-content/uploads/2015/06/AMC_SAE_01.pdf. Accessed on Oct 20, 2022.
11. Mehndiratta MM, Kukkuta Sarma GR, Tripathi M, Ravat S, Gopinath S, Babu S, Mishra UK. A Multicenter, Cross-Sectional, Observational Study on Epilepsy and its Management Practices in India. Neurol India. 2022 Sep-Oct;70(5):2031-2038.

MAT-IN-2301337-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



पुरुषों में मिर्गी

दुनियाभर में, प्रति 100,000 पुरुषों में से 330 लोग मिर्गी से पीड़ित हैं।[1]

भारत में 5 मिलियन से अधिक पुरुष मिर्गी से पीड़ित हैं।[2]

सामान्यतया, पुरुषों को महिलाओं की तुलना में दौरे से पीड़ित होने का अधिक खतरा हो सकता है, शायद जोखिम कारकों के अधिक संपर्क के कारण जैसे कि:[3,4]

कार्यस्थल पर सिर में चोट लगने की संभावना

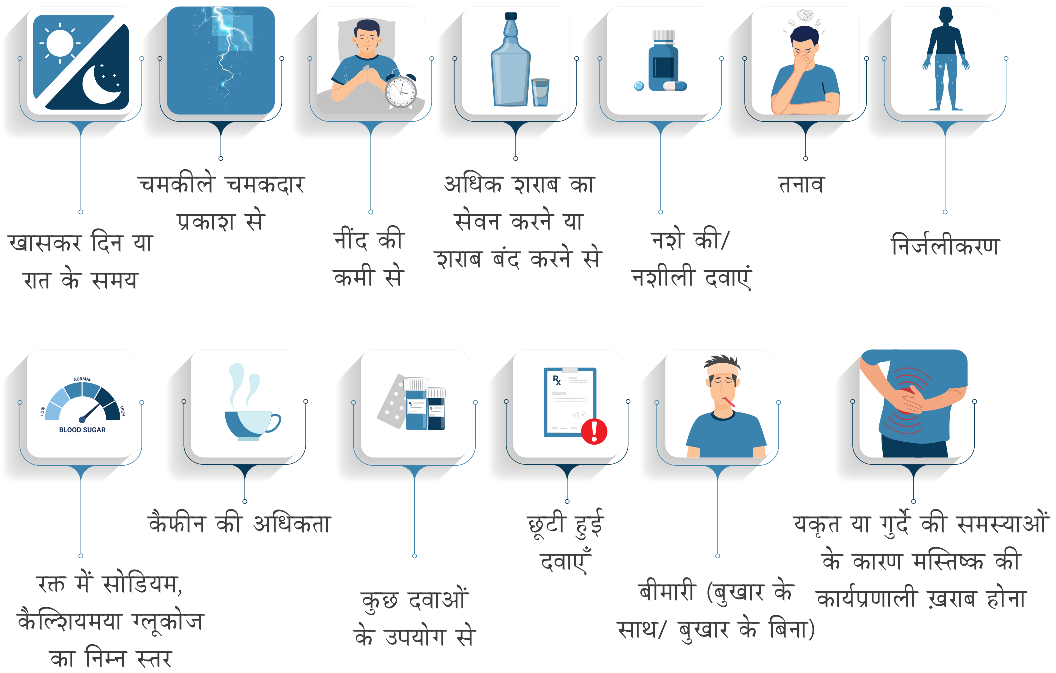
शराब का सेवन

नींद की कमी

यदि आप मिर्गी से पीड़ित हैं, तो इसका मतलब यह नहीं है कि आप सक्रिय जीवनशैली नहीं जी सकते हैं। आपको केवल पहले से योजना बनानी चाहिए और संभावित खतरों से बचना चाहिए।[5]

यहाँ कुछ सलाहें दीं गईं हैं जिन्हें आप अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में अपना सकते हैं:

समझें कि इस स्थिति को क्या ट्रिगर कर सकता है और उनसे बचें[6,7]



रोजमर्रा के कार्य करते समय सावधानी बरतें

ऐसे कार्य करते समय अपनी सुरक्षा करें जिनसे सिर में चोट लग सकती है[8], उदाहरण के लिए:

- खेल खेलते समय हेलमेट[8]
- ऊंचाई पर काम करने वालों के लिए एक हेलमेट और कमर का हार्नेस[9]
- मशीनरी के आसपास काम करने वालों के लिए सुरक्षा उपाय/सुरक्षा कवच[9]

तैराकी करते समय, सुनिश्चित करें कि आपके आसपास कोई ऐसा दोस्त हो जो तैर सकता हो या कोई जीवन-रक्षक व्यक्ति हो[5,10]

उन स्थानों या स्थितियों से बचें जो आपको तेज़ रोशनी के संपर्क में ला सकतीं हैं[5]

कपड़े इस्त्री करते समय आपके आस-पास कोई व्यक्ति हो[10]

सार्वजनिक रेलगाड़ियों (ट्रेनों) का उपयोग करते समय पीली रेखाओं के पीछे ठीक से खड़े रहें[10]

मिर्गी के इलाज के लिए निर्धारित दवाएं लेना न छोड़ें। शराब/नशीली दवाओं से बचें क्योंकि वे आपके शरीर के द्वारा दवाओं के प्रति प्रतिक्रिया करने के तरीके को बदल सकते हैं।[5]