

## ତଥ୍ୟ:

ଅପସ୍ମାରରେ ପୀଡ଼ିତ 65% ରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ସହିତ ଛଅ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ମୁକ୍ତାହୀନତାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି<sup>11</sup>



## ପୁରୁଷମାନେ

sanofi



ପୁରୁଷମାନଙ୍କ  
ଠାରେ  
ଅପସ୍ମାର

### 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. 2019 May 29;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](https://www.stgeorges.nhs.uk/wp-content/uploads/2015/06/AMC_SAE_01.pdf). Accessed on Oct 20, 2022.
11. Mehndiratta MM, Kukuta 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.

IMA-IN-2301337-V1-06-06/2023



ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରେ, **100,000** ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ **330** ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଅପସ୍ମାରରେ ପୀଡ଼ିତ <sup>1</sup>  
 ଭାରତରେ **5 ମିଲିୟନ**ରୁ ଅଧିକ ପୁରୁଷ ଅପସ୍ମାରରେ ପୀଡ଼ିତ । <sup>2</sup>

ସାଧାରଣତଃ, ମହିଳାମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷମାନେ ମୂର୍ଚ୍ଛାହୀନତା ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ରହିପାରେ, ସମ୍ଭବତଃ ସେମାନେ ବିପଦ କାରଣଗୁଡ଼ିକର ଅଧିକ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିପାରନ୍ତି ଯେପରି: <sup>3,4</sup>



କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମୁଣ୍ଡରେ ଆଘାତ ହେବାର ଏକ ସୁଯୋଗ



ମଦ୍ୟପାନ



ନିଦ୍ରା ଅଭାବ

ଯଦି ଆପଣ ଅପସ୍ମାରରେ ପୀଡ଼ିତ, ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ଆପଣ ଏକ ସକ୍ରିୟ ଜୀବନଶୈଳୀ ବଞ୍ଚି ପାରିବେ ନାହିଁ । ଆପଣ କେବଳ ଆଗକୁ ଯୋଜନା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ସମ୍ଭାବ୍ୟ ବିପଦକୁ ଏଡ଼ାଇବା ଉଚିତ୍ । <sup>5</sup>

ଏଠାରେ କିଛି ବିପଦ ଅଛି ଯାହାକୁ ଆପଣ ଆପଣଙ୍କର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଖାପ ଖୁଆଇ ପାରିବେ:

ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ କ'ଣ ଉତ୍ତେଜିତ କରିବ ତାହା ବୁଝନ୍ତୁ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଏଡ଼ାନ୍ତୁ <sup>6,7</sup>



ଦିନ କିମ୍ବା ରାତିର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ



ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଆଲୋକ ଜଳିବା



ନିଦ୍ରାର ଅଭାବ



ଅତ୍ୟଧିକ ମଦ୍ୟପାନ କିମ୍ବା ମଦ୍ୟପାନ ପ୍ରତ୍ୟାହାର



ମନୋରଞ୍ଜନକାରୀ ଔଷଧ



ଚାପ



ତିହାଇଡ୍ରେସନ୍



ରକ୍ତରେ ସୋଡ଼ିୟମ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍ କିମ୍ବା ଗ୍ଲୁକୋଜର ନିମ୍ନ ସ୍ତର



ଅଧିକ କାଫେଇନ



କିଛି ଔଷଧର ବ୍ୟବହାର



ଔଷଧ ନଖାଇବା



ଅସୁସ୍ଥତା (ଢୁର ସହିତ / ଦିନ)



ଯକୃତ କିମ୍ବା କିଡନୀ ସମସ୍ୟା ହେତୁ ମସ୍ତିଷ୍କର ଦୁର୍ବଳ କାର୍ଯ୍ୟ

### ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ କରିବା ସମୟରେ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତୁ

କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକ କରିବା ସମୟରେ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରନ୍ତୁ ଯାହା ମୁଣ୍ଡରେ ଆଘାତ ଦେଇପାରେ, <sup>8</sup> ଯଥା:

- ଖେଳିବା ସମୟରେ ଏକ ହେଲମେଟ <sup>8</sup>
- ଯେଉଁମାନେ ଉଚ୍ଚତାରେ କାମ କରନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ହେଲମେଟ ଏବଂ ଅଣ୍ଟା ହାର୍ନେସ <sup>9</sup>
- ଯନ୍ତ୍ରପାତି ପାଖରେ କାମ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା <sup>9</sup>

ପହଁରିବାବେଳେ ନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କର ଜଣେ ବନ୍ଧୁ ଅଛନ୍ତି ଯିଏ ପହଁରି ପାରିବେ କିମ୍ବା ପାଖରେ ଜଣେ ଲାଇଫଗାର୍ଡ ରହିବେ <sup>5,10</sup>

ସେହିସବୁ ସ୍ଥାନ କିମ୍ବା ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ ଯେଉଁଠି ଆପଣ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଆଲୋକର ସାମ୍ନା କରିବେ <sup>5</sup>

ଘୋଷାକ ଇସ୍ତଫା କରିବା ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ କେହି ଜଣେ ରୁହନ୍ତୁ 10

ସର୍ବସାଧାରଣ ଟ୍ରେନ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା ସମୟରେ ହଳଦିଆ ରେଖାର ଯଥେଷ୍ଟ ପଛରେ ଛିଡା ହୁଅନ୍ତୁ 10

ଅପସ୍ମାରର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଔଷଧକୁ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମଦ୍ୟପାନ / ମନୋରଞ୍ଜନକାରୀ ଔଷଧରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ କାରଣ ଏହା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରର ଔଷଧ ପ୍ରତି ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକୁ ବଦଳାଇପାରେ । <sup>5</sup>

