

तुम्हाला अपस्माराचा त्रास होत असल्यास काही गोष्टींची काळजी घेणे आवश्यक आहे, त्या अशा: 10-12



स्वयंपाकघरात गरम पॅन वापरताना सावधगिरी बाळगा आणि उघड्या आगीचा वापर करू नका



अपस्माराचे औषध आणि तोंडी गर्भनिरोधक गोळी एकत्र घेण्याआधी सल्ला घ्या. अपस्माराच्या काही औषधांमुळे गोळीचा प्रभाव कमी होऊ शकतो आणि तुम्हाला मोद्या डोसची गरज भासू शकते. तसेच, काही औषधांमुळे तुमच्या न जन्मलेल्या मुलावर परिणाम होण्याचा एक छोटासा धोका आहे. गर्भधारणेदरम्यान, तुमच्या आरोग्य सेवा प्रदात्याबरोबर प्रसवपूर्व सुश्रुषा योजनेचे पालन करा.



गर्भधारणेदरम्यान, याची खात्री करा की तुम्ही:

- ▶ तुमच्या डॉक्टरांनी सुचवलेली सर्व औषधे घेत आहात
- ▶ सकस अन्न खात आहात
- ▶ योग्य विश्रांती घेत आहात
- ▶ सिगरेट्स, अल्कोहोल, कॅफिन आणि बेकायदेशीर औषधे टाळत आहात

योग्य उपचाराने, जवळपास 75% स्त्रिया 3 वर्षांच्या आत फेफरे-मुक्त राहू शकतात. 13

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. Panagariya A, Sharma B, Dubey P, Satija V, Rathore M. Prevalence, Demographic Profile, and Psychological Aspects of Epilepsy in North-Western India: A Community-Based Observational Study. *Ann Neurosci.* 2018 Dec;25(4):177-186.
4. 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.
5. 13 Common epilepsy myths, debunked [Internet]. Available at: <https://health.clevelandclinic.org/13-common-epilepsy-myths-debunked/>. Accessed on Feb 13, 2023.
6. Stephen LJ, Harden C, Tomson T, Brodie MJ. Management of epilepsy in women. *Lancet Neurol.* 2019 May;18(5):481-491.
7. Catamenial epilepsy [Internet]. Available at: <https://www.cedars-sinai.org/health-library/diseases-and-conditions/c/catamenial-epilepsy.html>. Accessed on Jan 16, 2023.
8. Epilepsy [Internet] [Updated Mar 11, 2022]. Available at: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/17636-epilepsy#symptoms-and-causes>. Accessed on Jan 16, 2023.
9. Eclampsia [Internet]. Available at: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/24333-eclampsia>. 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. Frequently asked questions about epilepsy [Internet] [Updated Oct 26, 2022]. Available at: <https://www.cdc.gov/epilepsy/about/faq.htm#How%20can%20I%20prevent%20epilepsy?> Accessed on Jan 13, 2023.
12. Chu C, Li N, Zhong R, Zhao D, Lin W. Efficacy of Phenobarbital and Prognosis Predictors in Women With Epilepsy From Rural Northeast China: A 10-Year Follow-Up Study. *Front Neurol.* 2022 Feb 16;13:838098.
13. Epilepsy and pregnancy: What you need to know [Internet]. Available at: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/in-depth/pregnancy/art-20048417>. Accessed on Feb 13, 2022.

महिला

sanofi

महिलांमध्ये अपस्मार



MAT-IN-2301338-V1.0-06/2023

sanofi

Sanofi India Limited

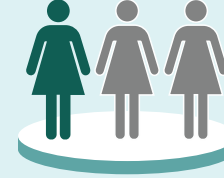
Sanofi House CTS No. 117-B, L&T Business Park, Saki Vihar Road, Powai, Mumbai - 400072, India.



जागतिक स्तरावर, दर 1,00,000 पैकी 319 स्त्रिया अपस्माराने ग्रस्त आहेत. ¹



भारतात 4.6 दशलक्ष स्त्रियांना अपस्मार आहे. ²



जवळपास 1/3 महिलांना त्यांच्या मासिक पाळीपूर्वी किंवा दरम्यान फेफरे येतात जे कदाचित चुकू शकतात.

भारतात, अनेक स्त्रियांच्या अपस्माराचे निदान होत नाही कारण:

- ◆ सामाजिक आणि सांस्कृतिक समस्या जसे समाजातील वाढलेले अंतर आणि मित्र किंवा कुटुंबाचा कमी झालेला आधार ³
- ◆ कुटुंबाची निम्न आर्थिक स्थिती ⁴

सामाजिक कलंकामुळे, अपस्मार हा स्त्रियांसाठी एक मोठा अडथळा ठरू शकतो जो त्यांच्या जीवनाचा दर्जा, विवाह, कुटुंब आणि कामावर परिणाम करू शकतो. ^{3,4}

तुमच्यासाठी इथे काही दंतकथा दिल्या आहेत: ⁵

समज



अपस्मार असलेल्या स्त्रिया गर्भवती होऊ शकत नाहीत किंवा त्यांनी बाळासाठी प्रयत्न करू नये कारण अपस्मारामुळे बाळाच्या वाढीवर परिणाम होऊ शकतो



वस्तुस्थिती



अपस्मारामुळे स्त्रीच्या गर्भधारणेच्या क्षमतेवर परिणाम होत नाही. डॉक्टरांच्या योग्य मार्गदर्शनाने स्त्रियांना मूल होऊ शकते. अपस्मार असलेल्या महिलांना यशस्वी गर्भधारणा होऊ शकते.

अपस्मार असलेल्या स्त्रियांमुळे त्यांच्या मुलांना अपस्मार होऊ शकतो.



मुलांना त्यांच्या पालकांकडून अपस्मार होण्याचा धोका कमी असतो

फेफरे असताना, त्या अशी लक्षणे अनुभवू शकतात: ^{6,7}

- ◆ टक लावून पाहणे
- ◆ भावनिक बदल
- ◆ हिंसका देणाऱ्या हालचाली
- ◆ ठराविक हालचालींची पुनरावृत्ती
- ◆ चक्कर येणे
- ◆ मुंग्या आल्यासारखे वाटणे
- ◆ पोट भरल्यासारखे वाटणे
- ◆ गोंधळ
- ◆ जीभ चावणे
- ◆ मोद्याने आवाज करणे किंवा रडणे
- ◆ मुत्राशयावरील नियंत्रण गमावणे
- ◆ ताठरपणा
- ◆ हिंसके देणे
- ◆ गोंधळ
- ◆ खाली पडणे आणि शुद्ध हरपणे
- ◆ श्वासोच्छवासाच्या समस्या

स्त्रियांना पुढील लक्षणेसुद्धा जाणवू शकतात: ⁸



वास, दृष्टी, ऐकण्यात बदल



समजण्यात किंवा बोलण्यात समस्या



हृदयाच्या ठोक्यांचा वाढलेला वेग



बिघडलेले पोट

गर्भधारणेदरम्यान, उच्च रक्तदाब आणि मूत्रामधील प्रथिनांच्या उच्च प्रमाणामुळे सुद्धा फेफरे येऊ शकतात. ⁹

- ◆ गरोदरपणात फेफरे आल्यामुळे थरथरणे, दिशेचे भान न राहणे आणि गोंधळणे या गोष्टी होऊ शकतात.
- ◆ मात्र, ही स्थिती दुर्मिळ आहे आणि उच्च रक्तदाब असलेल्या केवळ 3% गर्भवती स्त्रियांमध्ये आढळते
- ◆ गर्भधारणेदरम्यान योग्य वैद्यकीय निगा आणि निरोगी जीवनशैलीमुळे फेफरे येण्याचा धोका कमी होतो.