



گیلن باره

نشانگان گیلن باره عبارت است از یک بیماری التهابی نادر که دستگاه عصبی مرکزی را درگیر می کند و به سرعت موجب ضعف عضلات و بی حسی می

شود. این بیماری می تواند در تمام سنین رخ دهد اما بین ۳۰- ۵۰ سالگی شایع تر است. در این بیماری سیستم ایمنی به سلول های عصبی حمله کرده و سبب بروز علائم عصبی می شود. علت این بیماری هنوز به درستی مشخص نیست ولی عوامل مستعد کننده چون عفونت های ویروسی و یا یک عامل باکتریایی و یا نیز بعد از برخی جراحی ها و ویروس نقص ایمنی اکتسابی یا ایدز با بروز این سندرم در ارتباط هستند.

*بیمار گرامی جهت پاسخ به سؤالات شما و افزایش آگاهی تان در امر مراقبت از خود نکات زیر آورده شده است. امید است که با رعایت آنها بهبودی سریعتر خود را باز یابید:

علائم اصلی گیلن باره عبارتند از:

- ضعف پیشرونده که معمولاً از پاها شروع شده و به طرف تنه و دست ها و حتی صورت کشیده می شود.
- کاهش یا از بین رفتن رفلکس عمقی تاندون ها، درد عمیق در عضلات شانه و ران ها، ضعف عضلات تنفسی، احتباس ادراری، اختلال در بلع، اختلال در راه رفتن.
- تشخیص بیماری، از طریق شرح حال، معاینه فیزیکی، بررسی مایع مغزی نخاعی و نوار عضله و عصب امکانپذیر است.
- درمان، شامل تعویض پلاسمای خون یا تزریق IVIG (ایمونوگلوبولین وریدی) و تهویه از طریق دستگاه تنفس مصنوعی در زمان ایجاد نارسایی تنفسی می باشد.
- جهت بلع بهتر غذا مایعات فراوان مصرف کنید.



- قبل از هر وعده غذایی عضلات گردن و صورت خود را ماساژ دهید.



- جهت تحریک گیرنده های حسی و واکنش بلع در غذاهای سرد یا گرم استفاده کنید.

- به طور همزمان ترکیبات مختلف غذایی مصرف نکنید زیرا بلع هر نوع ترکیب غذایی متفاوت است.



- از غذاهایی که بلع راحت تر دارند مثل پوره و فرنی استفاده نمائید.
- در حین غذا خوردن در وضعیت نشسته قرار بگیرید به طوریکه سر صاف و چانه به سمت جلو خم شود.

- جهت کاهش احتمال خطر خفگی به دلیل درگیری عضلات صورت و عضلات جویدن، مایعات را با نی بنوشید. در حین غذا خوردن تا نیم ساعت بعد از غذا در وضعیت نشسته قرار بگیرید.

- در صورت صلاح دید پزشک معالج تان به درمانگاه گفتاردرمانی مراجعه نمائید.

- جهت محافظت پوست بدن حتی المقدور هر نیم ساعت وضعیت بدن خود را تغییر دهید. و فعالیت بدنی خود را افزایش دهید.



- انجام ورزش های روزانه نظیر پیاده روی، شنا جهت افزایش قدرت و هماهنگی عضلات تان مفید می باشد.

- تا جایی که ممکن است از واگذاری کارهایتان به دیگران اجتناب نمائید.

- جهت جلوگیری از احتباس ادراری هنگام دفع در وضعیت نشسته قرار گیرد.

- در صورت احتباس ادراری از ضربه یا ماساژ شکم یا ضربه به داخل ران ها، بازکردن شیر آب و گوش گردن به صدای جریان آب، ریختن آب گرم به روی پرینه و یا قرار دادن دست ها در آب گرم استفاده نمائید.

- در صورت عدم تخلیه ادرار پس از مشورت با پزشک خود، از تکنیک سوند گذاری موقت یا دائم استفاده کنید. در صورت استفاده از سوند دائمی، کلیه مسیره های سوند را از نظر خمیدگی یا انسداد بررسی قرار نمایید.

- جهت جلوگیری از اتساع شکم و درد حاصل از تجمع گاز در روده‌ها، وعده‌های غذایی را به میزان کم و دفعات زیاد در نظر بگیرید.



- برای غذا خوردن زمان طولانی در نظر بگیرید.

- رژیم غذایی حاوی فیبر مانند میوه جات و کاهو و... مصرف نمایید.

- جهت جلوگیری از اختلال در برقراری ارتباط کلامی به آهستگی و

شمرده و واضح صحبت کنید و از جملات ساده استفاده کنید و روی صحبت کردن خود تمرکز داشته باشید. جهت ارتباط بهتر با اطرافیان در حین صحبت کردن به طرف مقابل نگاه کنید و در صورت نیاز موارد را چندین بار تکرار نمایید. قبل از مکالمه چند نفس عمیق بکشید.

- جهت ایجاد تنفس موثر هر یک تا ۲ ساعت به مدت ۵ دقیقه از اسپیرومتری انگیزشی استفاده نمایید.



- جهت روان کردن ترشحات ریوی روزانه حداقل ۲ تا ۲/۵ لیتر مایع مصرف نمایید (با مراقبت پزشک).

- هوای تنفسی را توسط بخور مرطوب نمایید.

- تحت نظر فیزیوتراپ از فیزیوتراپی تنفسی جهت تخلیه ترشحات استفاده کنید. جهت پاکسازی موثر راه هوایی در زمانی که خودتان قادر به خارج راندن ترشحات نیستند از ساکشن ترشحات با وسایل استریل استفاده نمایید.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



آموزش به بیمار

کد ۳۴

گیلن باره

کردآوری و عطسیم: مبین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و

ارتقا سلامت)

تأیید کننده: دکتر مهدی مقدسی (متخصص مغز و اعصاب، عضو هیئت علمی

دانشگاه علوم پزشکی ایران)

دکتر امیر حسن حبیبی (متخصص مغز و اعصاب، فلوشیپ اختلالات حرکتی،

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)



سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>