

જો તમે એપિલેપ્સીથી પીડિત હોવ તો તમારે કાળજી લેવાની કેટલીક બાબતો અહીં આપી છે:¹⁰⁻¹²



ગરમ પેનનો ઉપયોગ કરતી વખતે રસોડામાં સાવચેત રહો, અને ખુલ્લી આગનો ઉપયોગ કરશો નહીં



એપિલેપ્સી અને મૌખિક ગર્ભનિરોધક ગોળી માટેની દવાનો ઉપયોગ કરતા પહેલા સલાહ લો. એપિલેપ્સીની કેટલીક દવાઓ ગોળીને ઓછી અસરકારક રીતે કામ કરી શકે છે, અને તમારે વધુ ડોઝની જરૂર પડી શકે છે. ઉપરાંત, એક નાનું જોખમ એ છે કે કેટલીક દવાઓ તમારા ગર્ભસ્થ બાળકને અસર કરી શકે છે. ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન, તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે પ્રિનેટલ કેર પ્લાનને અનુસરો.



ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન, ખાતરી કરો કે તમે:

- ▶ તમારા ડોક્ટર દ્વારા સૂચવવામાં આવેલી તમામ દવાઓ લો
- ▶ આરોગ્યપ્રદ આહાર લો
- ▶ પૂરતો આરામ કરો
- ▶ સ્મિગારેટ, દારૂ, કેફીન અને ગેરકાનૂની દવાઓ લેવાનું ટાળો

યોગ્ય સારવારથી, લગભગ 75% સ્ત્રીઓ 3 વર્ષની અંદર એપિલેપ્સી-મુક્ત રહી શકે છે.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.

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

સ્ત્રી

sanofi

સ્ત્રીઓમાં એપિલેપ્સી



sanofi Sanofi India Limited

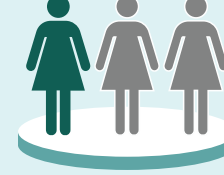
Sanofi House CTS No. 117-B, L&T Business Park, Saki Vihar Road, Powai, Mumbai - 400072, India.



વૈશ્વિક સ્તરે, 319 પ્રતિ 1,00,000 સ્ત્રીઓ એપિલેપ્સીથી પીડાય છે.¹



ભારતમાં 4.6 મિલિયન મહિલાઓ એપિલેપ્સી સાથે જીવે છે.²



લગભગ 1/3 સ્ત્રીઓ તેમના માસિક સમયગાળા પહેલા અથવા દરમિયાન આંચકીથી પીડાય છે જે ચૂકી શકે છે

ભારતમાં, ઘણી સ્ત્રીઓને એપિલેપ્સીનું નિદાન થતું નથી, કારણ કે:

- ▶ સામાજિક અને સાંસ્કૃતિક મુદ્દાઓ જેમ કે સામાજિક અલગતામાં વધારો અને મિત્રો અથવા કુટુંબીજનો તરફથી ટેકો ન મળવો³
- ▶ કૌટુંબિક આર્થિક સ્થિતિ નીચી⁴

સામાજિક કલંકને કારણે, એપિલેપ્સી સ્ત્રીઓ માટે એક મહાન અવરોધ બની શકે છે જે તેમના જીવનની ગુણવત્તા, લગ્ન, પરિવાર અને કાર્યને દૂર કરી શકે છે.^{3,4}

અહીં તમારા માટે કેટલીક પૌરાણિક કથાઓ છે:⁵

માન્યતા ❌

એપિલેપ્સી ધરાવતી સ્ત્રીઓ ગર્ભવતી થઈ શકતી નથી અથવા બાળક માટે પ્રયત્ન ન કરવો જોઈએ કારણ કે તે બાળકના વિકાસને અસર કરી શકે છે



હકીકતો ✔

એપિલેપ્સી સ્ત્રીની ગર્ભવતી થવાની ક્ષમતાને અસર કરશે નહીં. ડૉક્ટરોના યોગ્ય માર્ગદર્શનથી મહિલાઓ બાળકને જન્મ આપી શકે છે. એપિલેપ્સીવાળી સ્ત્રીઓને સફળ ગર્ભાવસ્થા થઈ શકે છે.

એપિલેપ્સી ધરાવતી સ્ત્રીઓ તેમના બાળકોને એપિલેપ્સી ફેલાવી શકે છે



બાળકોને તેમના માતાપિતા પાસેથી એપિલેપ્સી થવાનું જોખમ ઓછું છે

આંચકી દરમિયાન, તેઓ નીચેના લક્ષણો અનુભવી શકે છે:^{6,7}

- ▶ તાકવું
- ▶ લાગણીશીલ ફેરફારો
- ▶ આંચકા મારવાની હલનચલન
- ▶ અમુક હિલચાલનું પુનરાવર્તન
- ▶ ચક્કર
- ▶ ઝણઝણાટની સંવેદના
- ▶ પેટ ભરેલું લાગે
- ▶ મૂંઝવણ
- ▶ જીભ પર ડંખ મારવા
- ▶ અવાજ કરવો અથવા મોઢેથી રડવું
- ▶ મૂત્રાશય પર નિયંત્રણ ગુમાવવું
- ▶ જડતા
- ▶ આંચકો લાગવો
- ▶ મૂંઝવણ
- ▶ નીચે પડી જવું અને સભાનતા ગુમાવવી
- ▶ શ્વાસ લેવામાં તકલીફ

સ્ત્રીઓને નીચેના લક્ષણોનો પણ અનુભવ થઈ શકે છે જેમ કે:⁸



ગંધ, દ્રષ્ટિ, સુનાવણીમાં ફેરફાર



સમજવામાં કે બોલવામાં તકલીફ



હૃદયના ધબકારા ઝડપી થવા



ખરાબ પેટ

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન, હાઈ બ્લડ પ્રેશર અને પેશાબમાં પ્રોટીનનું ઊંચું પ્રમાણ પણ આંચકી લાવી શકે છે.⁹

- ▶ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન આંચકી આવવાથી ધુજારી, અસ્વસ્થતા અને મૂંઝવણ થઈ શકે છે
- ▶ જો કે, આ સ્થિતિ જવલંદે જ જોવા મળે છે અને હાઈ બ્લડપ્રેશર ધરાવતી માત્ર ૩ ટકા સગર્ભા સ્ત્રીઓમાં જ જોવા મળે છે.
- ▶ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન યોગ્ય તબીબી સંભાળ અને તંદુરસ્ત જીવનશૈલી આંચકી આવવાનું જોખમ ઘટાડે છે.