

왜 발작을 기록하나 (Seizure Recording Form)

발작을 이해하기 위해서는 발작이 언제 일어나고 양상은 어떻게 무엇이 발작을 일으켰는지를 아는 것이 중요하다. 발작 일지는 이 중요한 정보를 기록하는 간단하고 효과적인 방법이다.

발작 일지는 건강 진단 관련 대화를 할 수 있게 하며, 중요한 정보를 기억하도록 돕는다. 의사에게 유용하고 특별한 정보를 줌으로써 진단과 가능한 치료법을 결정하는 데 도움이 될 수 있다. 또 당신이 발작 양상이나 유발요인을 주목하는 데도 도움이 될 수 있다.

무엇을 기록하나

기록해야 할 가장 중요한 정보는 언제 발작(또는 발작으로 의심되는 것)이 일어났나, 발작 전, 동안 그리고 후에 무슨 일이 있었나이다. 일지의 주 부분에 추가로 상세한 사항을 넣을 수 있다.

다른 유용한 정보는 약 미복용 또는 늦은 복용, 수면 박탈, 고열과/또는 질병 같은 짐작되는 유발요인이다. 여성은 월경 주기의 날짜를 기록하는 것도 유용할 수 있다. 스트레스를 받은 때나 생활 방식과 일정의 주요한 변화 같은 다른 상세한 사항을 기록하기를 원할 수도 있다.

기록 양식

생활방식의 차이, 선호와 간질의 증상을 고려하면 사람에 따라 다른 일지 양식이 유용하다. 의사가 보고자 하고 당신에게 기록하기를 선호하는 일지 양식이 있을 수도 있다. 이런 이유로 비씨 간질협회는 세 가지의 일지 양식을 함께 실었다: 연간 도표, 월별 기록지, 연도별 기록지. 빈 기록지는 나중에 쓰도록, 다 기록한 일지는 미래에 참고하기 위해 보관하라. 이 세 가지 양식을 www.bcepilepsy.com 나 비씨 간질협회에서 구할 수 있다.

기록 방법

세 가지 기록 양식을 다음 페이지에 설명한다. 이 세 양식 다 아래에 당신이 발작 유형과 유발요인을 약자로 쓸 수 있도록 설명 기호가 있다.

보기:

발작 유형과 설명:

- A. 강직 간대
- B. 원팔 경련(근간대성)
- C. _____

발작 요인:

- 1. 약물 변경
- 2. 수면 일정 변경
- 3. 질병

연간 도표

월별로 나열해 정보를 보려고 할 경우 알맞은 기록 양식이다. 월별 기록지를 간단히 기록하기 위해 이 도표로 옮기려 할 수도 있다. 보기처럼 발작 유형은 도표 아래의 설명 기호로, 발작 요인은 숫자로 나타내라.

보기: 1월 2일 강직 간대 발작

	1월	주:
1	1	1월 2일 -오전5시 4 분간 발작.
2	A	1월 1일 약 미복용
3		
4		

월별 기록지

달력 같이 익숙한 방식을 좋아할 경우 알맞은 양식이다. 약물 변경이나 다가올 행사 같은 계획도 기록할 수 있다. 보기처럼 발작 유형은 기록지 아래의 설명기호로 발작 요인은 숫자로 나타내라.

보기: 둘째 날에 강직 간대 발작.

일요일	월요일	화요일	수요일
	1) 1. 아침 약 미복용	2) A. 오전 5시, 4분간	3)

월별 도표

일별로 정보를 보기 원할 경우 적합한 기록 양식이다. 보기처럼 발작 유형은 설명 기호로, 발작 유발 요인은 숫자로 나타내라.

보기: 1월 2일강직 간대 발작.

	1	2	3
발 작		X	
발작유형		A	
수면(시간)	8	7	8

주:
1월 2일 오전5시, 발작 4분간
1월 1일 약 미복용

2009년 11월 회람 승인

비씨 간질협회에 회원으로 가입해 모든 프로그램과 서비스 혜택을 받으실 수 있습니다.

주소 #2500 – 900 West 8th Avenue, Vancouver, BC V5Z 1E5

전화: (604) 875-6704 Fax: (604) 875-0617 info@bcepilepsy.com www.bcepilepsy.com

연도: _____

	1월	2월	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												

발작 유형과 설명:

유발요인:

A. _____

B. _____

C. _____

1. 약물 변경

2. 수면 일정 변경

3. _____

4. _____

5. _____

월: _____

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일

발작 유형과 설명:

- A. _____
- B. _____
- C. _____

유발요인:

- 1. 약물 변경
- 2. 수면 일정 변경
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____

월: _____

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
발작 (예/아니오)																																
발작유형																																
수면 (시간)																																
약물 변경 (예/아니오)																																
질병 (예/아니오)																																
d																																
e																																
f																																

발작 유형과 설명:

- A. _____
- B. _____
- C. _____

유발요인과 사건:

- d. _____
- e. _____
- f. _____

