

Bukana ea IGAP


epilepsy
SOUTH AFRICA



(IGAP) Sepheo sa Lilemo tse 10

"Ho fokotsa sekhobo, tšusumetso le moroalo oa mathata a methapo ea kutlo, ho kenyelletsa le lefu le amanang le bona, ho kula le kholofalo, le ho ntlafatsa boleng ba bophelo ba batho ba nang le mathata a methapo, bahlokomeli le malapa a bona."



Litaba

Khatiso ea	04
Sethoathoa Afrika Boroa	05
IGAP ke eng?	06
Sethoathoa ke Eng?	07
Maemo a mang a methapo ea kutlo	08



Mohlophisi



Ke tlotla ho nehelana ka sengoliloeng sena. Bukana ea Intersectoral Global Action Plan (IGAP) ke tokomane ea bohlokoa e tla tsebisa le ho tšehetsa batho ba nang le Sethoathoa le baratuo ba bona ho pholletsa le Afrika Boroa.

E hlophisitsoe ke sehlopha se hloahloa 'me joalo ka motho ea nang le Sethoathoa ke leboha ho ba karolo ea sehlopha sena.

Bukana ena e fana ka sethala bakeng sa batho ho utloisisa sepheo sa sechaba sa lefats'e sa Sethoathoa le boitelo ba ho etsa hore lefatše e be sechaba se kenyeletsang bohle.

bakeng sa batho bohle ba nang le Sethoathoa le Maemo a mang a Neurological.

Sethoathoa ke boemo ba methapo ea kutlo bo amang batho ka litsela tse ngata tse fapaneng. Sethoathoa se ka ba le litlamorao tse mpe bophelong ba sechaba le sa kelello. Kahoo ho kenella le ho nyenyefatsa boemo bona ba methapo ke habohlokoa.

IGAP e bua ka **kotloloho le liphihlelo tse phelang**, liqholotso, le litoro tsa batho bohle ba nang le lefu la sethoathoa lefatšeng. Ke sesebelisoa se makatsang se tla ts'ehetsa, ho tataisa, le ho khothaletsa hore na re hatela pele joang.

Khatisong ena, re kenyelletsa lintlha tsa bohlokoa mabapi le IGAP le litataiso tsa ho laola Sethoathoa. Re tšepa hore bohle le tla fumana khatiso ena e le e khothatsang, mme re le khothaletsa ho e arolelana hole le hole.

Ho Sehlopha sa IGAP, Marina Clarke ho la Motse Kapa (Moeletsi oa Morero) le Megan Couchman (Lipapatso), Ke le leboha ka Khethehileng bakeng sa tlatsetso le mehopolo ea ho kopanya sengoliloeng sena.

Ka kopo, ikutloe u lokolohile ho ikopanya le rona ka Ofisi ea Naha ea Sethoathoa Afrika Boroa ho 0860 EPILEPSY kapa imeile info@epilepsy.org.za bakeng sa tlhahisoleseding efe kapa efe.

Kea leboha,

Sharlene Cassel,

Motsamaisi oa Naha, Sethoathoa Afrika Boroa



Sethoathoa Afrika Boroa

Epilepsy South Africa e thehiloe ka 1967 joalo ka South African National Epilepsy League (SANEL). Ke rona feela mokhatlo oa naha Afrika Boroa o fanang ka lits'ebeletso tse ikhethileng ho batho ba nang le lefu la sethoathoa.

Pono ea Sethoathoa Afrika Boroa ke ho bona lefatše leo ho lona batho ba nang le lefu la sethoathoa ba kenyelelitsoeng le ho amoheloa ntle le khethollo.

Morero oa rona ke ho khothaletsa litokelo tsa botho tsa batho ba phelang le Sethoathoa.

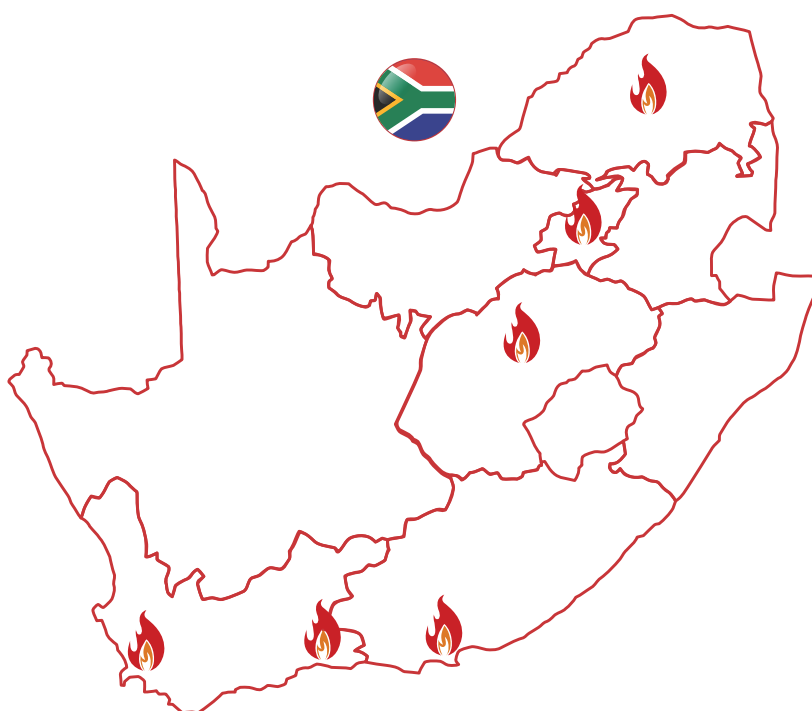
Sethoathoa Afrika Boroa e motlotlo ho ba khaolo ea Afrika Boroa ea Ofisi ea Machaba ea Sethoathoa (IBE), IBE e ntlafatsa maemo a sechaba le boleng ba bophelo ba batho ba nang le lefu la sethoathoa le ba ba hlokomelang.

Pono ea IBE ea lefats'e ke moo hohle moo ho hloka tsebo le tšabo ka lefu la sethoathoa ho nkeloang sebaka ke kutloisiso le tlhokomelo. IBE ke mokhatlo o amohelang oa machaba o emelang mekhatlo ea naha ea sethoathoa e nang le thahasello e khethehileng ea ho ntlafatsa boiketlo ba sechaba.

boemo le boleng ba bophelo ba batho ba nang le lefu la sethoathoa le bahlokomedi ba bona.

Sethoathoa Afrika Boroa e ikemiselitse ho "hotetsa lelakabe la bokhoni" ho batho bohle ba nang le Sethoathoa

epilepsy
SOUTH AFRICA



IGAP

IGAP ke eng?

Leano la Tšebetso la Lefatše la Intersectoral mabapi le Sethoathoa le Mathata a Mang a Methapo ea Kelello joalokaha re le tseba, le bitsoa IGAP. Ho se ho fetile lilemo tse fetang 20 ho etsoa.

IGAP ke 'mapa oa litsela oa lilemo tse 10 (2022 - 2031) o qalileng ke Mokhatlo oa Lefatše oa Bophelo (WHO), ho sebetsana ka katleho le maemo a methapo le ho ntlafatsa bophelo ba batho ba nang le lefu la sethoathoa le tse ling maemo a methapo lefatšeng ka bophara.

Hobaneng ha IGAP e le bohlokoa hakaale?

IGAP ke leano la **HO QALA** lefats'eng ka bophara mabapi le lefu la sethoathoa le mafu a mang a methapo ea kutlo.

Histori ea tokomane ena e makatsang

Ka May 2015 Mokhatlo oa Lefatše oa Bophelo (WHO) o ile oa lemoha moroalo oa lefats'e oa lefu la sethoathoa o entseng hore ho be le nts'etsopele ea Intersectoral Global Action Plan (IGAP) ka Sethoathoa le Mathata a Mang a Neurological 2022 - 2031. IGAP e ile ea amoheloa ka May 2022 ke litho tsohle. e re, Afrika Boroa ke e 'ngoe ea tsena.

IGAP e labalabela lefatše leo ho lona:

- Bophelo bo botle ba boko bo nkoa e le ba bohlokoa, bo khothaletsoa ebile bo sirelelitsoe bophelong bohle ba bona;
- Mathata a methapo ea kutlo a thibeloa, e fumanweng, mme e alafiwe ho qoba pele ho nako lefu; le
- Batho ba anngoeng ke mafu a methapo ea kutlo le bahlokomeli ba bona ba na le bophelo bo botle ka ho fetisisa, ba nang le litokelo tse lekanang, menyetla, tlhompho le boipuso.

Re hloka ho theha lefatše leo ho lona batho ba nang le lefu la sethoathoa le maemo a mang a methapo ea kutlo ba amoheloang le ho kenyelletsoa ntle le khethollo.



World Health Organization



Sethoathoa ke Eng?

Motho a le mong ho ba mashome a mabeli o tla ba le mofuta o itseng oa ho tsietsana nakong e itseng ea bophelo ba hae.

Ho tsikitlanya (hape ho bitsoa convulsion) ke ho phatloha ho sa laoleheng ha motlakase bokong ho ka bakang liphetoho boitsoarong, metsamaong, maikutlong le maemong a kelello. Ho tsieleha hang ha ho bolele hore u na le lefu la sethoathoa. .
,Ngaka e tla hlaloba hore na u na le lefu la sethoathoa kapa che.

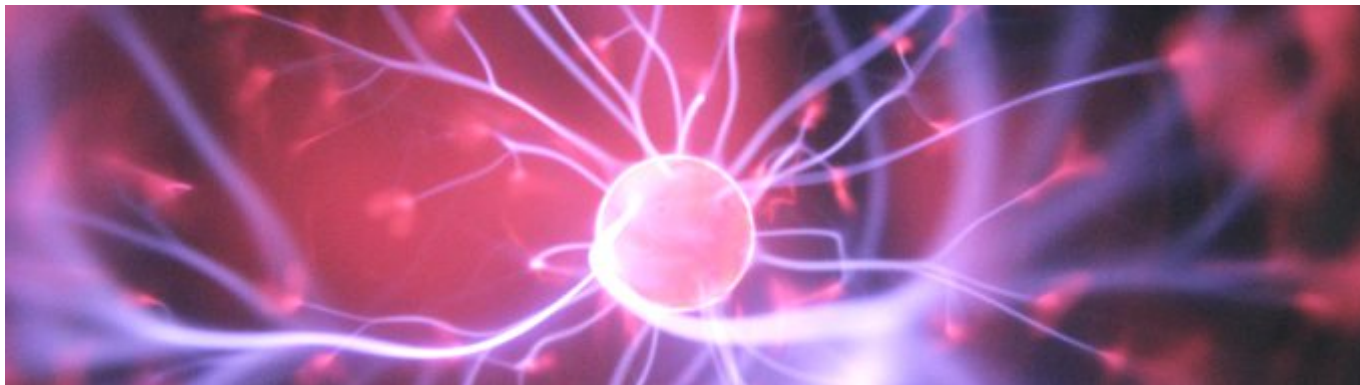
Sethoathoa ke tšekamelo ea ho ba le ho tsietsana khafetsa. Ke spectrum disorder e bolelang hore ho na le mofuta e mengata e fapaneng ea ho tsieleha. Ho batho ba bang sesosa se ka tsejoe, empa hangata sesosa ha se tsejoe.

Batho ba fapaneng ba tla ba le matšoao a fapaneng ho itšetlehile ka mofuta oa ho tsieleha. Ka lebaka la hore lefu la sethoathoa le bakoa ke mosebetsi oa boko, ho tsieleha ho ka ama ts'ebetso leha e le efe ea boko. Matšoao a ka 'na a kenyelletsa pherekano ea nakoana, ho sheba sepakapaka, mesifa e sataletseng, ho tsokotsa ho sa laoleheng. ho sisinyeha ha matsoho le maoto, ho lahlehela kelello, le matšoao a kelello a kang tšabo, ho tšoenyeha, kapa déjà vu (maikutlo ao u kileng oa phela ho pholletsa le phihlelo pele).

Le hoja lintho tse ngata li tla fetoha ha u fumanoa u e-na le lefu la sethoathoa, ntho e potlakileng le ea bohlokoa ka ho fetisisa ke ho bolella batho lintlha tsa 'nete ka boemo ba hau:

- Sethoathoa se ka ama **motho ofe kapa ofe lilemong life kapa life**, bong, le morabe ho sa natsoe maemo a moruo (maemo a mopotso).
- Sethoathoa se **beha bophelo kotsing** haeba se sa hlahlajoe, se sa phekoloe, kapa se sa laoloe.
- Sethoathoa se ka **phekoloa le ho laoloe ka katleho**.
- 25% ea linyeoe tsa sethoathoa **li ka thibelo**.
- E mong le e mong **a ka ithuta ho thusa** motho ea nang le sethoathoa.
- **Motho a le mong ho ba 20** o tla tsoaroa ke lefu la sethoathoa ka nako e itseng bophelong ba hae ho sa bolele hore o na le lefu la sethoathoa.
- Bana ba nang le lefu la sethoathoa **ba lokela ho ea sekolong** hobane ba khona ho ithuta joaloka bana ba bang.
- Batho ba nang le lefu la sethoathoa ba ka **ithuta le ho sebetsa** hobane ba na le bokhoni bo tsoanang le ba mang kapa mang.





Tse ling tsa **methapo ea kutlo ke eng maemo a boletsoeng** ho IGAP?

Maemo a methapo ea kutlo a ama boko le lesapo la mokokotlo. IGAP e kenyelletsa maemo a 'maloa:

- Ho **opeloa ke hlooho ke bohloko ba hlooho kapa sefahlehong**. Tsena li ka fapana haholo ho latela mofuta le matla a bohloko, moo bo leng teng le hore na u fumana tsena hangata hakae. Le hoja hlooho e opang e tloaelehile haholo 'me ka kakaretso e se kotsi, e meng e ka ba pontšo ea boemo bo tebileng haholoanyane. Ho na le mefuta e fetang 150 ea hlooho ea hlooho.
- Mafu a amang tšebetso ea mesifa ka lebaka la mathata a methapo le mesifa ea 'mele oa hau. Tsena li tsejoa e le mafu a **neurodegenerative** (tahlehelo e liehang le e tsoelang pele ea lisele tsa boko) kapa mathata a neuromuscular. E tloaelehileng haholo ke lefu la Parkinson, lefu la Alzheimer, dementia, muscular dystrophy, lefu la Huntington, Amyotrophic Lateral Sclerosis (ALS) le tsejoang hape e le lefu la Lou Gehrig, le lefu la motor neuron.
- Mafu a amang phallo ea mali bokong ba hao (**cerebrovascular disease**). Tsena li kenyelletsa stroke le aneurysm ea boko (e bakoang ke letheba le fokolang kapa le tšesaane mothapong oa boko o ntšang libalune ebe o tlala mali). Maemo ana ke maemo a tšohanyetso a bongaka 'me a hloka phekolo hang-hang.
- Mafu a mang a amang boko a bakoa ke tšoaetso ea kokoana-hloko kapa baktheria 'me a tsejoa e le **neuroinfectious kapa neuroimmunological disorders**. Tsena li kenyelletsa meningitis (ho ruruha ha lera le sireletsang le koahelang boko le lesapo la mokokotlo), HIV, neurocysticercosis (tšoaetso ea likokoana-hloko e ka thibeloang hangata e bakoang ke liboko tsa nama ea kolobe), malaria ea boko, le multiple sclerosis (MS).
- Maemo a mang a ama tsela eo boko bo sebetsang ka eona (**neurodevelopmental disorders**). Mehlala e kenyelletsa bothata ba ho se ele hloko / bofokoli bo feteletseng (ADHD), autism, mathata a mang a ho ithuta, le cerebral palsy.
- **Boko kapa mokokotlo o ka lematsoa ke ketsahalo e sithabetsang joalo ka kotsi ea koloi kapa kotsi ea papali**. E ama tšebetso e tloaelehileng ea boko ka lebaka la ho thula, ho otlala kapa ho sisinyeha hloohong kapa ntho e phunyeletsang bokong kapa mokokotlong. Le hoja e mong le e mong a le kotsing, bana le batho ba baholo ba kotsing ka ho khetheha
- Likankere tse ling le tsona li ka ama tsamaiso ea methapo.

Lipheo tsa IGAP ke life?

IGAP e na le maikemisetso a 4 ao e ikemiseditseng ho a fihlela mme tsena di tsebisa ho kenngwa tshebetsong ha IGAP ka hara Aforika Borwa. Lipheo ke:



SEPHEO 1

Fokotsa sekhobo, tšusumetso, le moroalo oa maemo a methapo ka ho etsa tlhokomeliso, ho ruta batho le ho eketsa kutloisiso.



SEPHEO 2

Ho ntlafatsa **boleng babophelo** ba batho ba nang le maemo a methapo, bahlokomeli ba bona le malapa



SEPHEO 3

Ho **matlafatsa** thibelo, kalafo le tlhokomelo



SEPHEO 4

Etsa bonnete ba **mokhoa o akaretsang**, moo sehlopha sa bongaka, motho ka mong, le litšusumetso tsohle tsa sechaba le tsa tikoloho li sebetsang hammoho.

Re ka sebelisa IGAP joang joalo ka 'Mapa oa litsela Afrika Boroa?

Ha u bala IGAP, u tla bona hore e na le merero e mehlano ea maano. Afrika Boroa ea Epilepsy e entse lipatlisiso tsa naha ka Phuptjane/Phupu 2022 e botsa batho ba nang le lefu la sethoathoa le ba anngoeng ke lefu la sethoathoa le maemo a mang a methapo ea kutlo bakeng sa maikutlo a bona mabapi le sepheo sa bohlokoahali. Ka tshebetso ena ho ile ha hlwauwa **maikemisetso a mane a tla kenngwa tshebetsong Aforika Borwa.**

SEPHEO 1

Ho Etsa Hore Sethoathoa le Maemo a Mang a Methapo e be Ntho ea Pele

SEPHEO 2

Ho fana ka Tlhahlobo e Sebetsang, e nakong, le e Arabang, Phekolo le Tlhokomelo

SEPHEO 3

Ho kenya Ts'ebetsong Maano a ho Thibela Maemo a Neurological le ho Khothatsa Boitsoaro bo Botle le Bophelo bo Botle ba Boko

SEPHEO 4

Ho Matlafatsa Mokhoa oa Sechaba oa Bophelo bo Botle ba Sethoathoa

Sepheo sa 1:

Ho Etsa Hore Sethoathoa le Maemo a Mang a Methapo e be Ntho ea Pele

Na u ne u tseba hore Afrika Boroa motho a le mong ho ba lekholo o na le lefu la sethoathoa 'me ba bang ba bangata ba na le boemo ba methapo ea kutlo?

Ka Phupu 2023 palo ea baahi ba Afrika Boroa e ne e hakanngoa ho ba limilione tse 61,5 ho bolelang hore bonyane maAforika Boroa a 615,000 a na le lefu la sethoathoa. Haeba re nka hore motho e mong le e mong ea tšeroeng ke lefu la sethoathoa o na le litho tse 'nè tsa lelapa tse haufi, batho ba Afrika Boroa ba ka bang limilione tse 2,5 ba angoa ke boemo bona.

Ka lebaka lena re hloka ho matlafatsa batho BOHLE ba Afrika Boroa ka tsebo. Re ka finyella sena haeba bohle re tshehetsa phetoho ya leano la Aforika Borwa. Re motlotlo ho re sechaba sa rona sa machaba se kopane 'me se thehile 'mapa oa litsela bakeng sa sena. E, ke eona pampiri eo re leng eona buisana - THE IGAP.

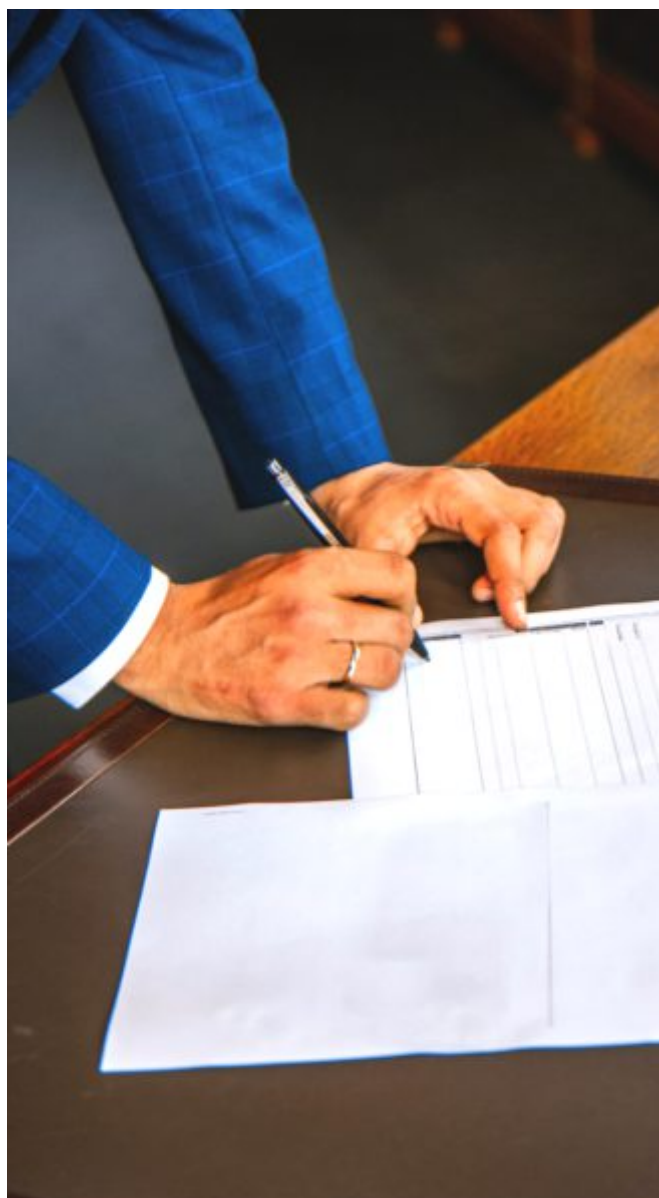
Linaha tsohle tseo e leng litho li amohetse IGAP Sebokeng sa Lefatše sa Bophelo bo Botle ka Motšeanong 2022. Joale bohle ba amehang Afrika Boroa ba lokela ho kopana ho phethahatsa sena.

PHETOHO EA LEANO E BOHLOKOA!

Afrika Borwa e tobane le mathata a mangata a bophelo bo botle a kang HIV/AIDS, TB, lefu la tswakere le lefu la pelo. Sena se bolela hore lisebelisoa tse kang chelete le basebetsi li tlameha ho fumaneha ho sebetsana le e 'ngoe le e 'ngoe ea tsena. Ka tloaelo, maemo a methapo ea kutlo joaloka sethoathoa ha se e-s'o fumane lisebelisoa tse hlokalahalang ho etsa phapang ea sebele boleng ba bophelo ba batho. Leano le inehetseng le tla etsa hore ho khonehe ho aba lisebelisoa tse ngata tse etsang hore e be qalo ntlha ya phetoho.

Re etsang?

Ka Phuptjane 2023, mokgahlo oa Epilepsy Afrika Boroa ile oa fana ka Morero oa Naha oa Sethoathoa le Tse ling diemo sta kellelo ho Lefapha la Basali, Bacha le Batho ba nang le Bokooa (DWYPD) Kantorong ya Mopresidente. Moralo ona o hlalosa maemo a hajwale a Afrika Borwa mme o hlalosa hore na dintho di ka fetoha jwang. Re tšepa hore Kabinete e tla amohela Moralo ona haufinyane.



Sepheo sa 2:

Ho fana ka Katleho, ka Nako, le Tlhahlobo e Arabelang, Kalafo, le Tlhokomelo

Re hloka ho sheba libaka tse peli tse ikhethileng tse amanang haufi-ufi:

- Tlhokomelo ea bongaka e lokela ho kenyelletsa ho nepahala, ho hlahlojoa le mekhoha e sebetsang ea phekolo e tšehetsoeng ke basebeletsi ba bophelo bo botle ba tsotellang le ba nang le tsebo e ntle ho fokotsa lekhalo la phekolo.
- Tlhokomelo ea kelello e bolela likarolo tsa bophelo bo botle ba kelello le maikutlo a motho. Sena se kenyelletsa mekhoha ea tlhokomelo, tšehetso bakeng sa bahlokomeli, le ho sebetsa hammoho.

Lekhalo la Kalafo

“Lekhalo la phekolo” ke phapang pakeng tsa palo ea batho ba nang le lefu la sethoathoa ba fumanang phekolo e nepahetseng le ba sa e fumaneng.

Hoo e ka bang 75 ho batho ba bang le ba bang ba 100 ba nang le lefu la sethoathoa Afrika ha ba fumane phekolo kapa ba na le monyetla oa ho fumana tlhokomelo ea bophelo bo botle le meriana (eo ka kakaretso e leng theko e tlaase). Le hoja boemo bo le betere haholo metseng ea Afrika Boroa, ho ke ke ha boleloa se tsoanang ka mahaeng libaka. Hape ke taba ea hore batho ba bangata ba na le boitsebiso bo fokolang haholo ka boemo ba bona 'me hangata ha ba utloisise phekolo ea bona kapa boikarabelo ba bona.

Lekhalo lena la phekolo hangata le bakoa ke:

- Thepa e sa lekaneng le litšenyehelo tse phahameng tsa meriana e thibelang lefu la sethoathoa.
- Khaello ea basebetsi ba bophelo bo botle ba koetliselitsoeng ho hlahloba le ho phekola lefu la sethoathoa.
- Phihlello e fokolang ea litsi tsa bophelo haholo-holo libakeng tsa mahaeng.
- Sekhobo sechabeng, boitsebiso bo fosahetseng, le litumelo tsa moetlo.
- Menyetla e fokolang bakeng sa koetliso e khethehileng litabeng tsa boko.

Tlhahlobo

Sethoathoa se tlameha ho fumanoa ke ngaka e tsoanelehang. Leha ho na le liteko tse 'maloa tse fumanehang ho thusa ngaka, litlhahlobo tse ngata li entsoe ka nepo ho ipapisitse le puisano pakeng tsa ngaka le motho ka mong (ho kenyeletsoa le litho tsa lelapa / bahlokomeli). ka liphihlelo tsa bona le matšoao. Sena se tsejoa e le nalane ea bongaka

Ngaka ea hau e tla botsa lipotso tse fapaneng tse kang:

- Ho tsieleha ho qalile neng?
- U kile oa tsietsana ha kae?
- Na ho na le liphetofo tseo u li bonang pele u ka oa?
- Ketso e nkile nako e kae?
- Na u khonne ho lemoha lintho tse ka u susumetsang hore motho a tsietsane?
- A na u noa meriana?



Mona ke lipotso tseo u ka ratang ho li botsa ngaka ea hau:

Na ke na le sethoathoa 'me lintho tsee ke life?

- Ho na le mefuta e fapaneng ea ho tsietsana 'me ngaka ea hau e ka u thusa ho utloisisa se etsahalang ho uena.

Ho hlokahala liteko life?

- Therisano le ngaka ea hau.
- MRI (Magnetic Resonance Imaging) e hlahloba ho bona ho se tloaelehe ha sebōpeho sa boko. Ha e na bohloko ebile ha e hloke ho kena sepetlele.
- EEG (electroencephalogram) e tlaheha mesebetsi ea motlakase bokong e ka thusang ngaka ho fumana hore na ke eng e entseng hore u tsitse.

Ke tseba joang hore ke na le lefu la sethoathoa?

- Ho tsoaroa ke sethoathoa hanngoe hape ha ho bolele hore u na le lefu la sethoathoa, ho ba le sethoathoa hangata e ka ba sesupo.

Na ke hloka ho bona setsebi?

- Ngaka ea hau e tla etsa qeto ea hore na hoa hlokahala hore u bone ngaka e kang ngaka ea boko. Hape u ka fumana tlhabollo e thusa ho ikamahanya le boemo ba hau, kahoo kopa ngaka ea hau hore e u fe phetiso.

Ke phekolo efe e teng?

- Hangata meriana ke mohato oa pele oa ho laola ho oa ha hao. Ho na le mefuta e mengata ea meriana mme ngaka ea hau e tla u thusa ho fumana e sebetsang hantle bakeng sa hau.
- Haeba meriana e sa thuse, ngaka ea hau e tla sheba mekhoha e meng.

Na ho oa ho na le matšoao a lemosang?

- Hangata ha ho na matšoao a lemosang, empa batho ba bang ba ba le aura (letšoao la temoso). Sena se kanna sa fapana ho motho e mong le e mong empa se ka kenyelletsa monko, tatso kapa maikutlo.



Boikgethelo ba Kalafo

Kalafo e tloaelehileng ea lefu la sethoathoa ke tšebeliso e tloaelehileng ea moriana o le mong kapa tse ngata tse thibelang lefu la sethoathoa kapa tse thibelang lefu la sethoathoa.

Hantle-ntle batho ba nang le maemo a methapo ba lokela ho noa meriana e nyane kamoo ho ka khonehang ha ba ntse ba boloka taolo ea ho tsietsana le matšoao a mang a boemo ba bona. Ke habohlokoa ho noa meriana hantle feela joalokaha ho laetsoe bakeng sa liphello tse molemohali.

Ha batho ba sebelisa mefuta e fetang e le 'ngoe ea meriana litlhare li ka susumetsana le ho fetola phello ea tsona. Ho bohlokoa ho bolella ngaka ka litlhare leha e le life tse ling tseo u li noang ha u buisana ka liphekolo tse ka bang teng (esita le ka ntle ho counter meriana).

Tšebeliso pakeng tsa lithibela-kemolo tse nooang le meriana e thibelang lefu la sethoathoa e ka fokotsa katleho ya dithibela pelehi tse bakang boimana bo sa reroang. Ka hona, basali ba nang le lefu la sethoathoa ba lokela ho buisana ka taba ena le ngaka ea bona ho tiisa hore ho thibela pelehi ho atleha.

Qoba ho sebelisa joala le lithethefatsi tsa ho ithabisa ha u noa meriana e thibelang lefu la sethoathoa.

U lokela ho latela lijo tse leka-lekaneng ho netefatsa hore meriana e ka sebetsa ka katleho.

Mokhoa oa ho Hlokomela Motho ea Nang le Sethoathoa

Tsela ea tlhokomelo ke leano la motho ea nang le lefu la sethoathoa. E lokela ho kenyelletsa likarolo tsohle tsa bophelo bo botle le bophelo ba motho ho tloha nakong ea bokhachane ho fihlela botsofaling.

Litsela tsa tlhokomelo e ntle li arabela litlhoko tsa batho ba nang le maemo a methapo le malapa a bona / bahlokomeli ba bona. Ho lula metseng ea litoropo kapa mahaeng ho ka 'na ha etsa qeto ea hore na ke mekhoha efe ea tlhokomelo e teng. Ka ho tsoanang, ho hloka hlahla mekhoha e fapaneng ka linako tse fapaneng bophelong ba motho.

Ho bohlokoa hore batho ba nang le maemo a methapo ba se ke ba fumana tlhokomelo ea bongaka feela, empa hape le tlhokomelo ea sechaba ho ntlafatsa bophelo ba bona bo botle le boleng ba bophelo.

Tšehetso ea mofuta ona e tlameha ho fumaneha ho malapa le bahlokomeli kaha ho na le likhatello tse ngata tse bakoang ke motho ea nang le lefu la sethoathoa.

Tšebeliso 'moho

Ho bohlokoa haholo hore motho ka mong, lelapa la hae/mohlokomeli oa hae le ngaka ba sebelisane hammoho bakeng sa liphello tse molemohali. Ngaka e tla khona ho fana ka meriana ka mokhoa o nepahetseng haholoanyane haeba motho kapa setho sa lelapa se ka hlalosa ka nepo matšoao le phello ea moriana.

Rakhemisi le eena a ka fana ka leseli le likeletso mabapi le meriana. Maemo a methapo ea kutlo a kang lefu la sethoathoa a ama batho ka bomong, malapa a bona le sechaba haholo. Ho na le tšehetso e ngata e fumanehang.

Hangata ho hlokomela motho ea nang le lefu la sethoathoa ke boikarabelo ba litho tsa lelapa kapa metsoalle e haufi. Ho hlokomela motho ea nang le lefu la methapo ea kutlo ho ka ama bophelo ba mohlokomeli, bophelo bo botle, likamano tsa sechaba le bokhoni ba ho fumana chelete. Ka hona ke habohlokoa hore malapa le bahlokomeli ba fumane tšehetso e hloka hlahang.

Re etsang?

Epilepsy South Africa ke mokhatlo oa naha o tšehetsang batho ba nang le lefu la sethoathoa le malapa a bona/bahlokomeli ba bona.

Sethoathoa Afrika Boroa e ka u thusa ho utloisisa boemo ba hau le ho ikamahanya le bona. Ikopanye le Lekala le haufi la Epilepsy South Africa bakeng sa lintlha tse ling le ho u thusa ho ikamahanya le boemo ba hau.

Ho boetse ho na le mekhatlo e mengata e sebetsang le batho ba nang le maemo a fapaneng a methapo ea kutlo. Ho fumana lesedi le fetang lena mabapi le mekgatlo ena etela webosaete ya South African Disability Alliance (SADA).



Sepheo sa 3:

Ho phethahatsa Maano a ho Thibela Maemo a Neurological le KhothatsoBoitšoaro bo Botle le Bophelo bo Botle ba Boko



Ho thibela maemo a methapo

Maemo a mangata a methapo ea kutlo a ka thibelo (ho kenyeletsoa 25% ea linyeoe tsa sethoathoa). Sena se hloka karabelo e pharaletseng ea bophelo bo botle ba sechaba, haholo-holo tlhokomelo ea bo-'mè ba lebeleletseng / ba bacha le masea a bona a sa tsoa tsoaloo, taolo e ntlafetseng ea mafu a tsoaetsanoang, ho thibela likotsi le tlhokomelo e ntlafetseng ea mafu a amang pelo le methapo ea mali (bophelo ba pelo le methapo ea mali).

Haeba re batla ho **thibela maemo a methapo ke habohlokoa ho tseba lisosa tsa maemo ana a ka fetoloang**. Sena se kenyelletsa ho tlosa likotsi le ho ntlafatsa ts'ireletso, haholo-holo ho bana le bacha nakong eo boko bo ntseng bo hola.

Likotsi tse ling ke tsa bongaka tse kang mathata a tsoalo le tsoaetso 'me li tla hloka hore mafapha a bophelo bo botle a nke khato maamong a naha, a provense le a lehae.

Basali le banana ba lokela ho rutoa ka litokelo tsa bona tsa ho ba le bana le ho khothaletsoa ho fumana thuso ea bongaka hang ha ba belaela hore ba imme. Ho bohlokoa ho latela keletso ea bongaka nakong ea bokhachane le ho nka keletso mabapi le ho pepa lese la hao ka mokhoa o sireletsehileng. Ka bomalimabe, basali ba ntse ba e-na le mathata nakong ea bokhachane le pelehi 'me ba bang ba bile ba shoa. Ka hona, mmuso o tlameha ho ntlafatsa tlhokomelo e fumanehang ho bakhachane le bana ba bona ba sa tsoa tsoaloo haeba re batla ho thibela maemo a methapo a bakoang ke mathata a tsoalo.



Ke boikarabelo ba batsoali ho etsa bonnete ba hore bana ba bona ba fumana liente tsohle tse hlokahalang ho thibela mafu a ka bakang mafu a methapo ea kutlo. MaAforika Borwa kaofela a lokela ho tshehetsa matsholo a moento mabapi le kutlwisiso ya hore bophelo bo botle ke boikarabelo bo abelanwang.

Liketho tsa mokhoa oa bophelo li ka lebisa likotsing tse sa lebelloang. Ke 'nete hore likotsi tse ngata tsa mebileng li bakoa ke khetho e kang ho noa, ho khanna kapa ho sebelisa selefouno ha u ntse u khanna. Ho se ho na le melao ka hare Afrika Borwa ho sireletsa batho ditseleng tse kang ho tlama mabanta a pholoso, ho tsamaisa masea le bana ka ditulo tsa polokeho, le ho ikobela melao e reretswang ho re baballa. Leha ho le joalo, ha se basebelisi bohle ba litsela ba khomarelang tsena.

Likotsi tsa lipapali li ka boela tsa baka likotsi tsa boko. U ka itšireletsa hammoho le bana ba hao khahlanong le tsena ka ho sebelisa thepa e loketseng ea tšireletso e kang lihelemete tsa libaesekete le lilebeli tsa marinini.

Ho thibela maemo a methapo ho itšetlehile ka ho khothaletsa le ho ntlafatsa bophelo bo botle ba boko bophelo bohle.

Ho khothaletsa boitšoaro bo botle le bophelo bo botle ba boko

Bophelo bo botle ba kelello ke ha motho e mong le e mong a ka ithuta le ho hlokomela bokhoni ba bona bo felletseng. Sena se kenyelletsa ka katleho ho sebelisa bokhoni ba ho inahana, ho iketsetsa liqeto, ho utloisisa lefatše le u potolohileng le ho phela bophelo ka botlalo, **esita le lefatšeng le fetohang.**

Ho khothaletsa nts'etsopeleng ea boko ho bohlokoa ho pholletsa le bophelo mme o qala ho tloha ho ima. Ke habohlokoa ka ho khetheha nakong ea bongoaeng le bocha ha boko bo ntse bo hōla. Leha ho le joalo, e sebetsa le botsofaling bo botle.

Ho na le kamano e matla lipakeng tsa maemo a mangata a methapo ea kutlo (a kang dementia le stroke) a nang le likotsi tsa bophelo bo botle joalo ka khatello e phahameng ea mali, lefu la tsoekere le botenya (ho ba boima bo feteletseng). Likotsi tsena li mpefala le ho feta ke khetho ea mekhoe ea bophelo e kang ho se ikoetlise (ho se ikoetlise), mekhoe e fosahetseng ea ho ja, ho tsuba, le tšebeliso e mpe ea joala le lithethefatsi.

Ka mohlala, ho tsuba ho amana le maemo a methapo a kang stroke, dementia, le multiple sclerosis.

Tšebeliso e mpe ea joala le lithethefatsi e ka ama tsamaiso ea methapo 'me ea fella ka maemo a methapo ea kutlo, empa hape e kenya letsoho likotsing tsa mebileng, pefo le ho oa tse ka bakang likotsi tsa boko le mokokotlo.

Ho bohlokoa hore bophelo bo botle le boiketlo ba bana le batho ba baholo ba be le mekhoe e metle ea ho robala. Ho robala ka tsela e sa tsitsang le ho se lekane ho ka baka kotsi.

Le hoja kaofela ha rōna re thabela ho ja lijo tse bobebe tse se nang bophelo bo botle nako le nako, ke habohlokoa ho boloka phepo e nepahetseng. Sena se bolela ho ja lijo tse leka-lekaneng ka meroho le litholoana tse lekaneng, le ho fokotsa lijo tse kotsi tse kang tsoekere e hloekisitsoeng, mafura a mangata le tse ngata.

Sepheo sa 4:

Ho Matlafatsa Bophelo ba Sechaba Mokhoa oa ho Sethoathoa

Ho fihlella tlhokomelo ea bophelo

Ho na le lingaka tse 278 feela tse ngolisitsoeng Afrika Boroa. Leha ho le joalo, ba bang ba bona ba tlohetse mosebetsi kapa ba falla empa ba ntse ba le lethathamong la libuka. Ba bangata ba sebetsa boinotšing 'me ke ba seng bakae feela ba tlhokomelong ea bophelo ea sechaba. Sena se bolela hore ho na le ngaka e le 'ngoe ea methapo ho batho ba 218,547.

Ho ile ha tlalehoa ka 2021 hore ke 16% feela ea maAforika Boroa e neng e le litho tsa merero ea thuso ea bongaka ho bolelang hore boholo ba maAforika Borwa a itšetlehile ka litšebeletso tsa bophelo bo botle ba sechaba. Sena se thatafatsoa le ho feta ke khaello ea litšebeletso libakeng tsa mahaeng.

Moroalo o boima oa tlhokomelo ea bophelo bo botle ba sechaba (haholo-holo litleliniking tsa mantlha tsa bophelo bo botle) o eketsa mathata ao batho ba nang le lefu la sethoathoa le maemo a mang a methapo ea kutlo ba tobanang le ona ha ba fumana tlhokomelo ea bophelo.

Boikemelo le bobuelli

Batho ba nang le lefu la sethoathoa le maemo a mang a methapo ba na le tokelo ea ho ikemela le ho hlahisa maikutlo le maikutlo a bona ntle le tšabo.

U khona ho buella molemong oa hau ho bolelang hore u ka emela litokelo tsa hau. Ke habohlokoa ho tseba taba eo u batlang ho e rarolla le ho utloisisa tharollo ea sebele ea bothata. U tla hloka lintlha tse nepahetseng le tlhaiso-leseling ho tšehetsa boemo ba hau, fumana ba bang lumellana le uena 'me u tsebe khanyetso ea hau. Ho sebelisa mecha ea litaba (haholo-holo mecha ea litaba ea sechaba sebakeng sa heno) ho tla u thusa ho tsebisa ba bang ka taba ena.

Ka mohlala, haeba u tšoenyehile ka sekhobo seo batho ba nang le lefu la sethoathoa ba tobanang le sona 'me u batla ho se fetola, u ka qala ka ho lahla tse ling tsa lintho tseo batho ba li lumelang ka lefu la sethoathoa. U ka khona etsa joalo ka ho fana ka lintlha mabapi le boemo. Sena se ka ba bonolo joalo ka ho bua le metsoalle le baahelani ba hau, empa se ka kenyetse lipuisano ho a seea-le-moea kapa ho fumana koranta ea lehae ho phatlalatsa sengoloa se mabapi le sena.

Re etsang?

Sethoathoa Afrika Boroa e nts'etsapele batho ba ikemetseng ka mananeo a koetliso le litšebeletso tse ling. Ikopanye le Lekala la heno haeba u hloka boitsebiso, keletso kapa thuso.





U ka Etsa'ng Hona Joale?

Kenya letsoho letsatsi le leng le le leng ho tloseng SEKOLI sa Sethoathoa se atileng Afrika Boroa

Afrika Boroa batho ba bangata ba lumela hore lefu la sethoathoa le bakoa ke matla a boselamose kapa hore ke thohako ho motho le lelapa la hae hobane ba entse phoso. Batho ba bangata ba nang le lefu la sethoathoa ba sebelisa chelete nako e ngata le chelete ho batla lithare ho lingaka tsa setso ho e-na le ho bona seo hangata ho nahanoang hore ke lingaka tsa "Bophirima". Sena se bolela hore ha li hlahlojoe hantle kapa ha li phekoloe.

Lintho tse ngata tseo batho ba li lumelang ka lefu la sethoathoa hase 'nete, empa kaha batho ba li lumela, ba leka ho qoba batho ba nang le lefu la sethoathoa le malapa a bona 'me ba tla ba ba khetholla ka ho toba. Lebaka ke hore re leka ho qoba lintho tseo re li tšabang, 'me re tšaba lefu la sethoathoa hobane re tseba ho fokolang haholo ka sona. Re hloka ho fana ka lintlha tse nepahetseng le tlhahisoleseling mabapi le maemo a methapo ea kutlo joalo ka lefu la sethoathoa ho fetola sesosa sa khethollo le sekhobo.

Kopana le ho hlophisa joalo ka **Sethoathoa Afrika Boroa** le ho kenya letsoho liketsong le liketsahalang tse phahamisang tlhokomeliso le ho ruta ba bang ka maemo a methapo ea kutlo.

Sekhobo le khethollo

Leha Afrika Boroa e na le moetlo o motlotlo oa litokelo tsa botho, batho ba nang le lefu la sethoathoa le maemo a mang a methapo ba ntse ba tobana le boitšoarō bo bobē le maikutlo a etsang hore motho a inyeneyefatse. Leha ho le joalo, sena se ka rarolloa ka mehato ea tlhokomeliso, thuto, le bobuelli hammoho le mehato ea ts'ireletso ea sechaba (lithuso tsa bokooa).

Sekhobo se ama batho ba nang le lefu la sethoathoa le maemo a mang a methapo ea kutlo joang?

Sekhobo se ka nyahamisa batho ho batla kalafo mme ka hona se na le litlamorao molemong oa bophelo ba bona le ho kenyeletsoa sechabeng likarolong tsohle tsa bophelo le sechabeng. U ka **fokotsa sekhobo ka ho bolella ba bang** ka boemo ba hau le ho hlalosa hore na sekhobo se u amme joang. Ha u bua ka boemo ba hau le phello ea sekhobo ho uena, ba bang ba tla qala utloisisa hore maemo ana a ama batho lichabeng tsohle le hore ha ba phekoloe, batho ba ka phela bophelo bo atlehileng.

Ithute mokhoa oa ho sebetsana le lefu la sethoathoa

Ho bona motho a e-na le sethoathoa ho ka tšosa haholo, empa e mong le e mong a ka ithuta seo a ka se etsang ho thusa. Hopola hore u ke ke ua emisa ho tsieleha le hore e tla emisa ka boeona.

Ho Sebetsana le Boikutlo ba Motho

Se ke oa

- Leka ho tsoara motho ka tsela leha e le efe ho emisa ho sisinyeha ha hae, kapa ho mo sisinya (ntle le haeba a le kotsing e tobileng) - u tla mo utloisa bohloko kaha u ke ke ua emisa ho tsieleha.
- Kenya eng kapa eng ka hanong la motho kaha sena se ka robeha meno kapa mohlhare. Motho a ke ke a koenya leleme la hae (le hoja batho ba bangata ba lumela hore sena ke 'nete).
- Chesa ntho leha e le efe e ka pele ho molomo kapa nko ea motho kaha sena se tla etsa hore ho be thata hore a hema.
- Fa motho ntho leha e le efe eo a ka e jang kapa ea noang kapa meriana leha e le efe.

Etsa

- Nako hore na ho tsietsana ho nka nako e kae.
- Fokotsa hlooho ea motho le ho sireletsa 'mele oa hae ho tsoa kotsi e eketsehileng.
- Hlōla seaparo leha e le sefe se thata 'me u ntše likhalase tsa bona.
- Fetolela motho ka lehlakoreng la hae le letšehali hore a hlaphoheloe.
- Lula le bona 'me u ba kholise ho fihlela ba folile.
- Letsetsa ambulense haeba ts'oaretso e tsoela pele nako e fetang metsotso e 5.



"Mohale ke motho ea tloaelehileng ea fumanang matla a ho mamella le ho mamella ho sa tsotellehe litšitiso tse ngata."

Sebapali Christopher Reeve ea tsebahalang haholo ka ho bapala superman le ho ba moitseki oa quadriplegia



Litšupiso:

Epilepsy South Africa at www.epilepsy.org.za

South African Disability Alliance (SADA) at www.sada.org.za

International Bureau for Epilepsy (IBE) at www.ibe-epilepsy.org

Iteanye le rona



Website:

www.epilepsy.org.za



Email:

info@epilepsy.org.za



Physical Address:

C/O Cotte and Govan Mbeki Roads, Wetton, Cape Town, South Africa



Postal Address:

PO Box 586, Fourways North, 2085, South Africa



Contact Number:

0860 374 537 (South Africa)