

# ÇOCUKLARDA SOLUK TUTMA (KATILMA) İÇİN AİLE REHBERİ

ÇOCUK NÖROLOJİSİ TARAFINDAN  
HAZIRLANMIŞTIR.

## İÇİNDEKİLER

03

- = Soluk tutma nöbeti (katılma) nedir?
- = Katılma neden ortaya çıkar?

04

- = Katılma nasıl tanınabilir?

05

- = Katılma Kaç dakika sürer? Bu sırada ne yapmam gerekir?

06

- = Her çocukta katılma nöbeti görülebilir mi? Neden bir çocukta görülürken çok sık ağlayan başka bir çocukta hiç görülmez?

07

- = Katılma nöbeti hangi yaşlarda olmaya başlar ve kaç yaşına kadar devam eder?
- = Cinsiyet farkı var mıdır?
- = Katılma nöbetleri çocuğumun zekâsını, gelişimini ve sonraki hayatını etkiler mi?

08

- = Katılma nöbetlerinde verilen bir ilaç tedavisi var mı?

09

- = Nöbetlerin ortaya çıkmaması için yapabileceğim bir şeyler var mı?

### Sevgili Aileler;

Çocuğunuzun soluk tutma ataklarına tanık olduğunuzda aklınızda birçok soru işareti belireceği gibi kendinizi çaresiz hissedebilir, korkuya kapılabilir, üzüntü ya da öfke duyabilirsiniz. Aslında hayat tarzınızda küçük düzenlemeler yapmanız yeterli olacak iken siz endişe ile gereksiz değişiklikler yaparak yaşamınızı zorlaştırabilirsiniz. Tanı anından itibaren hekiminiz ile aranızda güven oluşması çocuğunuzun durumunu eksiksiz ve açık bir şekilde öğrenmeniz açısından çok önemlidir. Aklınıza sayısız sorular

gelecektir. Bu soruların hepsini doktorunuza sormaya çekinebilirsiniz, aklınıza sonradan takılan sorular olabilir veya başka kaynaklardan doğruluğu denetlenmemiş bilgilere erişebilirsiniz. İşte bu küçük kitapçığın amacı sizin gibi çeşitli soruları olan, soluk tutma atakları hakkında bilgilenmek isteyen anne babaları aydınlatabilmektir. Elbette ki tüm sorularınızın karşılığını burada bulamayabilirsiniz, bu soruları ve çocuğunuz ile ilgili özel bilgileri doktorunuza danışmanız önerilir.

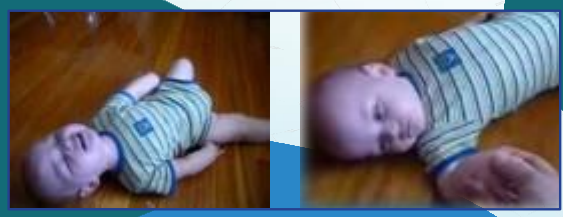
## Soluk tutma nöbeti (katılma) nedir?

Soluk tutma nöbetleri Halk arasında “katılma” veya ‘’uğunma’’ olarak bilinir. Çocuklarda baygınlığa yol açabilecek bir soluk tutma olayıdır.



## Katılma neden ortaya çıkar?

Bu durum tamamen çocuğun isteği dışında gelişir. İsteddiği bir şey yapılmadığında, elinden oyuncuğı alındığında, bir yere çarpma ya da bunlara benzer bir nedenle canı yandığında, kızdığında, sinirlendiğinde ve korktuğunda başlayan şiddetli ağlama katılma nöbetine neden olabilir.



## Katılma nasıl tanınabilir?

Katılma genel olarak iki şekilde gerçekleşir ;

1. Ağız çevresi, dudaklar ve yüzde morarmanın eşlik ettiği Katılma
2. Morarma olmadan ya da yüzde soluklaşma ile birlikte olan katılma

### 1. Ağız çevresi, dudaklar ve yüzde morarmanın eşlik ettiği Katılma

Çocuklarda en çok morarma ile birlikte olan katılma görülür. Çocuğun canını yakan, onu kızdıran veya korkutan bir durumun hemen sonrasında çocukta genellikle 15 saniyeden az süren kuvvetli bir ağlama olur. Sonrasında sesinin ve nefesinin kesildiği ve yüzünde morarmanın olduğu gözlenir. Bu sırada ağlıyor gibi görünür fakat sesi çıkmaz ve soluk alıp vermez. Bu durum iki şekilde son bulur. Çocuk soluk almaya başlayarak sesli bir şekilde ağlamaya devam edebilir. Ve bir süre sonra yüzündeki morarma düzelir. Diğer durumda ise sessiz ağlama ve soluk tutma süresi uzar ve tüm vücutta ve başta geriye doğru kasılma olur. Çocuk ellerini yumruk yaparak sıkabilir. Bu kasılma çok uzun sürmez ve hemen

sonrasında gevşeme ve baygınlık olur. Genellikle 1 dakika içinde tekrar kendine gelir. Birkaç dakika süren uyku hali olabilir.

### 2. Morarma olmadan ya da yüzde soluklaşma ile birlikte olan katılma

Bu katılma türünde ise Çocuğun canını yakan, onu kızdıran veya korkutan bir durumun hemen sonrasında çok kısa süreli bir ağlama sonrası veya hiç sesli ağlama dönemi olmadan çocuğun nefesinin kesildiği ve ardından renginde soluklaşma/beyazlama olduğu görülür. Kısa süreli baygınlık hali sırasında tüm vücutta gevşeme ve bazen kasılmanın olduğu bir dönem görülür. Tüm bunlar genellikle bir dakika içinde olur ve çocuk yeniden kendine gelir. Sonrasında birkaç dakika süren uyku hali olabilir.

## Katılma kaç dakika sürer? Bu sırada ne yapmam gerekir?

Çoğunlukla Bir dakikadan az sürer. Bu durumda sakin kalmaya çalışarak çocuğa zarar verici ve faydası olmayacak müdahalelerden kaçınmak gerekir. Çocuğu kucağa alarak dik pozisyonda tutmaya çalışmak, çocuğun ağzını açmaya çalışmak, ağzına parmak sokarak dilini dışarı çıkarmaya çalışmak, su dökmek, su içirmeye çalışmak çocuğu daha zor duruma sokabilir ve mevcut durumun süresini uzatabilir. Genellikle aileler çocuğu kollarından tutup kaldırıp sarsmaya çalışırlar. Ancak bu durum katılma nöbetinin süresini uzatabilir. Çocuğun yan olacak şekilde uzanmasını ve bacaklarının yukarı kaldırmayı sağlamak beyne gidecek kan akımını artıracığı için daha doğru bir yaklaşımdır. Çocuğun dilini dışarı çıkarmaya çalışmak, ağızdan nefes vererek ya da kalp masajı yaparak canlandırma uygulamaya çalışmak doğru yaklaşımlar değildir. Bir dakikayı aşmayacak bir sürede bu durum sonlanacaktır ve size düşen çocuğunuzu güvenli bir yere yatırıp yanında bu durumun bitmesini beklemektir.



## Her çocukta katılma nöbeti görülebilir mi? Neden bir çocukta görülürken çok sık ağlayan başka bir çocukta hiç görülmez?

Bunun altında yatan nedenin ne olduğu bir başka deyişle neden sadece bazı çocuklarda görülüp diğerlerinde görülmediğinin sebebi tam olarak bilinmemektedir. Duygusal bir stres, korku ve fiziksel bir ağrı olduğunda her çocuğun bu duruma verdiği yanıt aynı şekilde olmayabilir. Beyindeki soluk alıp vermemizi düzenleyen merkezlerinin olgunlaşma evresinde olduğu küçük yaşlarda bazı çocukların yaşadığı korku anlarında soluk alıp vermeyi tam kontrol edemediği düşünülmektedir. Kısacası bazı çocukların bünyesi diğerlerine göre bu tür katılma durumlarına daha yatkındır

Ayrıca tek başına bir neden olmasa da kansızlık katılma nöbetinin ortaya çıkmasını kolaylaştırabilir.





## Katılma nöbeti hangi yaşlarda olmaya başlar ve kaç yaşına kadar devam eder?

Çoğunlukla bir yaşın altında ortaya çıkmaya başlar. En çok 6 ay ile 18 ay arasındaki yaşlarda başlar. Bir çocukta 2 yaşına kadar katılma olmadıysa sonraki yaşlarda görülme ihtimali oldukça düşüktür.

***Bazı çocuklarda, doğumdan sonraki ilk bir ay gibi erken dönemde veya geç olarak 3-4 yaşlarında başlayabilir. Çocuk büyüdükçe katılma sıklığı azalır. Çocuk 3-4 yaşlarına geldiğinde oldukça seyrekleşir ve biter. Bazen 5-6 yaşlarına kadar devam edebilir.***

## Cinsiyet farkı var mıdır?

Hem erkeklerde hem de kız çocuklarında görülebilir.

## Katılma nöbetleri çocuğumun zekâsını, gelişimini ve sonraki hayatını etkiler mi?

Katılma nöbetleri zararsızdır. Beyin hasarı oluşturmaz. Çocuğunuzun gelişimine ya da sonraki hayatındaki dönemlere olumsuz bir etkisi olmayacaktır.

## Katılma nöbetlerinde verilen bir ilaç tedavisi var mı?

Katılma nöbetlerini önlemek için bilinen bir ilaç tedavisi yoktur. Bu nöbetler iyi gidişli, zararsız ve kendiliğinden son bulan durumlar olduğu için çoğunlukla bir tedaviye gerek yoktur. Ancak bazı hastalarda eşlik eden kansızlık ve demir eksikliği problemi varsa bu durum katılma nöbetlerinin sık ortaya çıkmasına neden olur. Demir tedavisi verildiğinde çoğunlukla katılma şikâyeti seyrekleşir.



## Nöbetlerin ortaya çıkmaması için yapabileceğim bir şeyler var mı?

Katılma nöbeti çoğunlukla bir davranış sorunu değildir. Katılma nöbeti çocuğunuzun psikolojik bir sorununu ifade etmez. Bu nedenle çocuğunuza karşı uygulayacağınız yaptırımlar, ödüllendirme ve cezalandırmalar herhangi bir fayda sağlamayacaktır.

Fakat katılma durumu olmasın diye, onu ağlatmamak için her istediğini yapmak ya da bir yerlere çarpmasını önlemek için aşırı korumacı olmak çocukta davranış sorunlarına neden olabilir.

Ağlamasını önlemek için her istediği karşılanan çocuk bir süre sonra bu durumu kullanmaya başlayabilir ve daha sık ağlama yoluna gidebilir. Bu aile için çok yıpratıcı olabilir. Yapmanız gereken, olağan eğitim disiplininizi değiştirmeden durumu kontrol altına almaya çalışmaktır.

### **Özetlenecek olursa:**

Katılma tamamen sağlıklı olan, beyin ve diğer organlarında hiçbir hastalığı olmayan çocuklarda görülür. Oldukça sık rastlanan bir durumdur. Epilepsi (sara) ile hiçbir ilgisi yoktur. İyi seyirli bir durumdur ve çocuk büyüdükçe kendiliğinden azalarak düzelir. Çoğunlukla, demir içeren şurupların düzenli kullanılması ile seyrekleşir. Katılma nöbetlerinin çocuğun sonraki yaşamında olumsuz bir etkisi bilinmemektedir.

