

Эпилепсия — неврологическое заболевание, требующее не только регулярной квалифицированной медицинской помощи, но и осознанного отношения самого пациента к своему состоянию. Эпилептический приступ может произойти в любой момент, и очень важно, чтобы поблизости с человеком не было острых предметов, а также отсутствовали другие факторы, угрожающие его здоровью и жизни.

Эпилептический приступок может проявляться кратковременными судорогами в определенной части тела или же произвольными сокращениями мышц по всему телу. При этом у пациентов могут отмечаться нарушения координации и ощущений (зрения, вкуса и слуха), когнитивных функций и настроения. Возможна потеря сознания, которая и представляет одну из основных опасностей для человека. По статистике, в странах с низким и средним уровнем дохода наиболее распространенной причиной смертности среди пациентов с диагнозом «эпилепсия» являются падения с высоты, утопления и получение ожогов, несовместимых с жизнью. Именно поэтому очень важным при эпилепсии является обеспечение безопасности человека в случае внезапных приступов.

Первая помощь при эпилептическом приступке.

- переверните больного на бок, чтобы он не захлебнулся слюной.
- следите, чтобы больной не травмировал себя во время приступа.
- вызовите скорую помощь.

Нужно звонить 103 если: дыхание после приступа эпилепсии не восстанавливается, имеются повреждения и раны, произошел приступ в воде, приступ длится более 5 минут, после первого приступа сразу возникает повторный приступ эпилепсии, при беременности, при сопутствующем диабете или другой серьезной болезни.



Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения «Абанский»



Рекомендации по безопасности при эпилепсии



Телефон: 8 (39163) 22-458; 22- 966

Сделайте свой дом более безопасным.

На кухне: не занимайтесь приготовлением пищи в одиночестве, пользуйтесь микроволновой печью, небьющейся посудой. Осторожнее с горячей едой и напитками.

В ванной: принимайте душ вместо ванны. Спецтабурет уменьшит риск травмы головы. Не закрывайтесь, положите резиновый коврик, используйте смеситель с термостатом, выньте пробку из ванны (утопление в ванне - самая частая причина неожиданной смерти у человека с эпилепсией).

В спальне: используйте сигнализатор приступов (Empatica Embrace, Openseizuredetector, SeizAlarm, Epihunter, Seizaro и др.), видеоняню, монитор дыхания для оповещения близких или будьте с кем-либо в комнате (синдром внезапной смерти SUDEP случается наиболее часто во сне). Спи-те на боку с каппой на антиудушающей подушке, пользуйтесь низкой кроватью, отодвиньте ее от ночного столика и острых предметов.

Дома: сделайте защиту на острые углы столов, мебели, поставьте экраны на батарее отопления, держите полы свободными от лишних предметов, используйте мягкое покрытие на полу, не пользуйтесь кухонными приборами и электроинструментом один, распознайте ауру перед приступом и лягте набок.

Путешествуйте безопасно: не садитесь за руль при эпилепсии, путешествуйте с тем, кто знает, как помочь. Берите лекарство в ручную кладь и запас на непредвиденный случай, носите инфобраслет и инструкцию при приступе для окружающих (подробнее на tbz.com). Плавайте и рыбачьте в жилете под присмотром. Выберите безопасный спорт, НЕ скоростной, боевой, подводный (например, бокс и велосипед могут вызвать травму, которая усугубит болезнь). Откройте родным поиск своего смартфона по GPS, активируйте SOS режим, датчик падения на смартфоне. Не залезайте высоко, не подходите к обрыву, краю платформы, костру. Носите защитный ободок, каскетку, эпилепсию, эпилепсию, чтобы уменьшить риск травматизма головы.



1 Принимайте лекарства вовремя, каждый день в назначенное время. У людей с неконтролируемыми приступами вероятность внезапной смерти в 40 раз выше.

2 Ведите дневник приступов, сохраняйте результаты всех анализов, записывайте вопросы врачу, предоставьте видео приступа врачу. ПЭП отменяется постепенно только врачом.

3 Разработайте личный план действий для контроля над приступами и обсудите его со своим доктором, семьей, друзьями, учителями, коллегами.

4 Помните о возможных провоцирующих факторах приступов: недосыпание, алкоголь, табак, стресс, мерцания, сладкое, перегрев, шум.