

Почему важно знать об эпилепсии!

Многие были свидетелями того как в общественных местах у людей возникают эпилептические приступы, которые чаще всего производят пугающее впечатление на окружающих.

Реакции большинства окружающих людей делятся на два типа: некоторые просто проходят мимо, другие начинают паниковать и предлагать методы воздействия, которые могут быть опасными.

Существует еще одно стойкое предубеждение, что при приступе оказывать помощь не нужно. Действительно, большинство эпилептических приступов прекращаются спонтанно через несколько минут. Однако во время приступа человек все-таки нуждается в помощи окружающих.

Мы надеемся, что данная информация поможет людям с эпилепсией частично обезопасить себя от травм, а окружающим его людей не растеряться в случае приступа и оказать своевременную и правильную помощь.



От Ваших действий может зависеть чья-то жизнь!



МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
Краевое государственное бюджетное
учреждение социального обслуживания
**«Комплексный центр социального
обслуживания населения «Дивногорский»**

Телефоны экстренных служб

Отдел полиции №13
8(39144) 3-43-24, 02

Пожарно-спасательная часть №29
8(39144)3-32-01, 01,112

Скорая медицинская помощь
8(39144) 6-72-92

**Поисково-спасательная служба
МЧС России**
8(39144) 6-37-67

ГИМС МЧС России
8(39144) 3-75-99

Единая диспетчерская служба
8(39144) 3-00-65, 3-02-00, 112

**Территориальное отделение краевого
государственного казенного учреждения
«УСЗН» по г. Дивногорску**
8(39144) 3-32-53

КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»

г. Дивногорск,
ул. Школьная, д. 14

Телефон: 8(39144)3-09-28
Эл. почта: kcsn04@mail.ru

Что такое эпилептический приступ?



Как распознать эпилептический приступ?
Почему важно знать об эпилепсии?
Что делать во время приступа?
Как обезопасить себя?

Будьте внимательны!

Эта информация может помочь спасти чью-то жизнь!

Как распознать эпилептический приступ?

Эпилептические припадки всегда имеют внезапное начало. Человек, страдающий эпилепсией, не может точно предсказать, когда у него начнется судорожный приступ. Эту особенность эпилепсии можно считать одним из факторов, оказывающих негативное влияние на психологическое состояние человека. Пациент с эпилепсией живёт в напряжении, постоянном ожидании того, что у него случится приступ.

В то же время у ряда пациентов перед появлением судорог может наблюдаться аура – специфические, повторяющиеся из раза в раз ощущения. Аура может быть представлена в виде запахов, эмоциональных переживаний или иметь другой вид.



Это непосредственное начало припадка. Эпилептическая аура – это особое состояние больного эпилепсией, которое предшествует эпилептическому приступу.

Другие признаки и симптомы приступа эпилепсии



Закатывание глаз



Потеря сознания



Спутанность сознания



Неконтролируемое сокращение мышц



Странные ощущения и эмоции



Внезапные падения

Правила поведения

1. Принимайте лекарства вовремя! У людей с неконтролируемыми приступами вероятность внезапной смерти в 40 раз выше.

2. Ведите дневник приступов, сохраняйте результаты всех анализов, записывайте вопросы врачу, предоставьте видеоленту приступа врачу.

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

4. Помните о возможных провоцирующих факторах: алкоголь, стресс, шум и т.д.

10 правил первой помощи при приступе эпилепсии



1. Не паникуйте

Вы берете на себя ответственность за здоровье другого человека, а поэтому обязаны сохранять спокойствие и ясный ум.



2. Будьте рядом

Будьте рядом на протяжении припадка. Когда все закончится, успокойте человека и помогите ему прийти в себя.



3. Обеспечьте безопасность

Проследите, чтобы жертве приступа ничего не угрожало (транспорт, пешеходы и т.д.).



4. Засеките время

Обязательно засеките время начала приступа.



5. Правильное положение

Опустите больного на землю и подложите ему что-нибудь мягкое под голову.



6. Осторожно с судорогами

Не удерживайте жертву в неподвижном состоянии, чтобы остановить судороги. Мышцы это не расслабит, но запросто может стать причиной травм.



7. Не пытайтесь разжать челюсть

Не пытайтесь разжать человеку челюсти и поместить между ними какие-то твердые предметы: есть риск, что он или случайно укусит вас, или раскрошит себе зубы.



8. Еще раз проверьте время

Если припадок длится больше пяти минут, звоните в скорую помощь.



9. Проверьте дыхательные пути

Как припадок прекратился, переверните человека набок. Проверьте дыхательные пути. Если ему все еще сложно дышать, вызывайте скорую.



10. Не оставляйте человека одного

Если он поранился или за первым приступом сразу же следует повторный, срочно обратитесь к врачу.

Сделай свой дом более безопасным

Несколько полезных советов о том как обезопасить себя или своих близких от серьезных травм или последствий, в случае возникновения эпилептического приступа дома или на отдыхе.

Кухня: не занимайтесь приготовлением пищи в одиночестве, пользуйтесь микроволновой печью, небьющейся посудой. Осторожней с горячей едой и напитками.

В ванной: принимайте душ вместо ванны. Используйте спец-табурет для уменьшения риска травмы головы. Обязательно выньте пробку из ванны.

В спальне: используйте сигнализатор приступов или аналогичное устройство для оповещения близких либо не оставайтесь в комнате одни. Спите на боку, используйте капю и антиушную подушку. Спите на низкой кровати, отодвинутой от острых предметов и мебели.

Дома: сделайте защиту на острые углы столов, мебели, поставьте экраны на батареи отопления, держите полы свободными от лишних предметов, используйте мягкое покрытие. 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.

Плавайте и рыбачьте в жилете под присмотром. Выберите безопасный спорт, НЕ скоростной, боевой, подводный. 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, эппашанку, эппейсболку, чтобы уменьшить риск травматизма головы.



Знание этих правил позволит Вам не только обезопасить себя или своих близких, но и продолжать наслаждаться жизнью несмотря ни на что.