

## Рекомендации по безопасности при эпилепсии

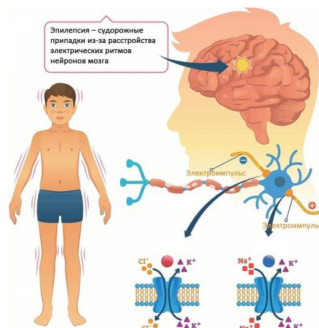
КГБУ СО  
«Центр семьи «Надежда»

### Памятка Рекомендации по безопасности при эпилепсии



Красноярск, 2021

#### Что такое эпилепсия?!



Эпилепсия- хроническое  
неинфекционное расстройство  
деятельности мозга, которому  
подвержены люди всех  
возрастов.



#### Эпилепсия что нужно знать?!!

Для заболевания характерны повторяющиеся припадки эти припадки проявляются в виде кратковременных не произвольных судорог в какой-либо части тела (парциальные судороги) или по всему телу (генерализованные судороги) и иногда сопровождаются потерей сознания и утратой контроля над функциями кишечника или мочевого пузыря.

#### **Сделайте свой дом более безопасней**

**Дома:** сделайте защиту на острые углы столов, мебели, поставьте экраны на батареи отопления.

**В спальне:** используйте сигнализатор приступов. Спите на боку с каплой на антиудушающей подушке, пользуйтесь низкой кроватью отодвиньте от ночного столика.

**В ванной:** принимайте душ вместо ванны. Используйте спецтабурет. Не закрывайтесь, положите резиновый коврик, выньте пробку из ванны;

**На кухне:** не занимайтесь приготовлением пищи в одиночестве, пользуйтесь микроволновой печью, небьющейся посудой;

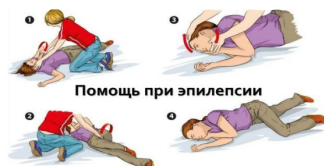
**Путешествуйте безопасно:** не садитесь за руль при эпилепсии, путешествуйте с тем, кто знает как помочь. Берите лекарства в ручную кладь и запас на непредвиденный случай. Носите защитный ободок, каскетку, эпилептику, эпилепсийболку, чтобы уменьшить риск травматизма.

## Нужно звонить 112 если:

Дыхание после приступа эпилепсии не восстанавливается, имеются повреждения и раны, произошёл 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

## Правила поведения:

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.



Помощь при эпилепсии

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

Всегда носите при себе идентификационный браслет или документы, подтверждающие возможное заболевание (в экстренных ситуациях информация о форме эпилепсии, типах приступов, применяемых препаратах, а также контактные телефоны могут быть полезны людям, оказывающим Вам помощь).

При наличии частых приступов избегайте в быту потенциальной опасности (движущихся механизмов, источников огня, горячих предметов наполненных водой ванн и бассейнов)

Избегайте также потенциально опасных для Вас видов спорта- плавание спортивная гимнастика, скалолазание, конный спорт. Также виды активности, как езда на велосипеде. При занятиях любым видом спорта лучше, чтобы рядом всегда находился человек, который в состоянии оказать Вам помощь случае приступа.

## ПРИСТУП ЭПИЛЕПСИИ что нужно делать и что нельзя

ОСТАВАЙТЕСЬ РЯДОМ С ЧЕЛОВЕКОМ

### ПРАВИЛЬНО



### НЕПРАВИЛЬНО



Дата публикации: 23.03.2021

## Источник:

<https://xn--80aalacacio3bjd9aon5d3f.xn--p1ai/content/%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%BF%D0%BE-%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D1%8D%D0%BF%D0%B8%D0%BB%D0%B5%D0%BF%D1%81%D0%B8%D0%B8>