Эпилептический приступ: памятки для пациентов и лиц, оказывающих первую помощь при приступе

Многие из нас видели, 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 проходит мимо, другие же пугаются, начинают паниковать и зачастую 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 больной все-таки нуждается в помощи окружающих.

От спокойных и продуманных действий находящихся рядом людей зависит степень травматизации больного и своевременность вызова квалифицированной медицинской помощи при необходимости. Эпилептический приступ, даже если он возник не впервые, является достаточно сильной стрессовой ситуацией как для самого пациента, так и для окружающих (семьи, друзей, коллег и т.п.)

Представляем Вашему вниманию несколько памяток, которые мы разработали непосредственно для пациентов, страдающих эпилепсией, а также для людей, готовых прийти на помощь в подобных ситуациях. Мы надеемся, что данная информация поможет пациенту частично обезопасить себя от травм, а окружающим его людей не растеряться в случае приступа и оказать своевременную и правильную помощь.

**Памятка № 1. Пациент**

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

2. Убедитесь, что члены Вашей семьи, близкие люди, возможно, кто-то из коллег по работе, кому Вы доверяете информацию о своей болезни, осведомлены, какие действия нужно предпринять при приступе.

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

4. Избегайте также потенциально опасных для Вас видов спорта – плавание, спортивная гимнастика, скалолазание, мотоциклетный спорт, конный спорт и т.п. Такие виды активности, как езда на велосипеде, хоккей, гребля на байдарках или каноэ и т.п., иногда могут быть допустимы при наличии полной защитной амуниции. При занятиях любым видом спорта лучше, чтобы рядом всегда находился человек, который в состоянии оказать Вам правильную помощь в случае приступа. В случае, если Вы решаете заниматься тем или иным видом спорта, рекомендовано предварительно поставить в известность лечащего врача и прислушаться к его мнению на этот счет.

5. Ведение дневника приступов поможет Вам более точно ориентироваться в их частоте и времени возникновения, а также выявить провоцирующие факторы. Это очень важно и для лечащего врача.

**Памятка №2. Лица, оказывающие помощь при генерализованном судорожном приступе.**

1. Удалите все предметы, находящиеся в непосредственной близости от больного, которые могут нанести вред ему во время эпилептического приступа (острые, горячие предметы, стекло и пр.).

2. Подложите под голову мягкий, плоский предмет (подушку, свернутый свитер, сумку, пакет).

3. При возможности ослабьте давление на шею одежды, которая может затруднять дыхание (расстегните воротник или развяжите галстук), можно также ослабить поясной ремень.

4. Вплоть до прекращения судорог переведите больного в положение лежа на боку, аккуратно придерживайте его до окончания приступа. Не рекомендуется с усилием удерживать больных во время эпилептического приступа во избежание нанесения случайных травм.

5. Зафиксируйте время начала эпилептического приступа, чтобы установить его продолжительность.

6. Не кладите никаких предметов в рот (таблетки), а также не предпринимайте попыток разжать челюсти пациента (шпателем, ложкой, своей рукой и т.д.) — таким образом можно выбить зубы, травмировать челюсть. Данные действия могут привести к попаданию в дыхательные пути твердых предметов (таблетка, зуб) или крови и даже к гибели пациента.

7. Не кормите, не давайте воды и таблеток до тех пор, пока больной полностью не придет в сознание.

8. Не надо во время приступа проводить искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца. Это необходимо в случаях, когда пациент не задышал самостоятельно после приступа.

9. Если приступ случился с незнакомым человеком, поищите в его вещах документы, подтверждающие возможное заболевание или идентификационный браслет.

10. Всегда оставайтесь рядом с пациентом, пока он полностью не придет в сознание. Убедитесь, что нет нарушений дыхания, и сознание восстановилось. Помните о том, что после приступа возможна рвота, придайте пациенту удобное положение (на боку), которое позволит избежать попадания рвотных масс в дыхательные пути.

11. Будьте терпеливы с пациентом, сообщите, что у него был приступ, успокойте при необходимости. Задайте несколько простых вопросов, ответы на которые помогут Вам оценить уровень сознания (Как Вас зовут? Где мы находимся? Какое сегодня число и день?).

12. Срочная медицинская помощь не является обязательной, если у пациента установлен диагноз эпилепсии и при этом:

* пациент сообщил, что и ранее наблюдались подобные виды приступов, его самочувствие близко к нормальному, он спокоен и адекватно отвечает на вопросы
* эпилептический приступ продолжался не дольше 5 минут
* пациент не был травмирован во время приступа

В случае отсутствия необходимости оказания квалифицированной медицинской помощи, предложите свою помощь человеку после приступа — позвонить родственникам, друзьям, проводить домой.

Если это необходимо, вызовите скорую медицинскую помощь по телефонам 03 или 112.

.