



## Первая помощь при приступе эпилепсии

Что делать при внезапно начавшихся или участвовавших приступах эпилепсии? Этот вопрос волнует и родственников людей, страдающих эпилепсией, и самих пациентов. Обычному человеку тоже приходится сталкиваться с судорогами у посторонних людей.

### Что делать, если эпилептический приступ уже начался?

- Оставайтесь с человеком, пока приступ не закончится.

*Приступы непредсказуемы: некоторые начинаются незначительными симптомами, но приводят к потере сознания или падению. Если во время приступа человек получит травму, ему понадобится помощь других людей или медиков.*

- Необходимо обратить внимание на длительность приступа

*Нужно зафиксировать время его начала и окончания, а потом сообщить эту информацию больному или медицинскому работнику.*

- Сохраняйте спокойствие.

*Большинство приступов длятся всего несколько минут и не требуют медицинской помощи.*

- Уберите горячие, острые и твердые предметы.

*Они могут травмировать человека во время приступа.*

- Помогите человеку расположиться в безопасном месте с максимальным комфортом.

- Подложите что-то мягкое под голову, чтобы избежать травмы головы

*Если человек упал на пол, необходимо по возможности смягчить падение человека.*

- Попросите отойти посторонних людей.  
*Очнувшись, человек может смутиться или испугаться толпы.*
- Не пытайтесь насильно остановить приступ.  
*Не нужно удерживать ноги или руки человека. Это может привести к травмам.*
- Ничего не кладите в рот человека!  
*Не волнуйтесь, во время приступа он не сможет проглотить свой язык.*
- Убедитесь, что человеку легко дышать.  
*Переместите его в восстановительное положение, на бок, чтобы слюна не попадала в дыхательные пути.*
- Во время приступа вам может показаться, что человек перестал дышать.  
*Когда тоническая часть приступа закончится, мышцы расслабятся и дыхание возобновиться. Искусственное дыхание и массаж сердца, как правило, не требуется.*
- Не давайте человеку воды или таблеток, пока он полностью не придет в себя.
- Нельзя переносить и двигать человека во время приступа.

## **Что делать после приступа?**

- положить больного на бок и дать ему отдохнуть несколько минут;
- если приступ случился в людном месте, попросите всех отойти для обеспечения психологического комфорта пострадавшему;
- когда человек очнется, убедите его, что он в безопасности;
- предложите побыть с человеком, пока он не будет готов вернуться к нормальной деятельности;

- после прекращения судорог не давать больному сразу вставать и ходить, дать время спокойно прийти в себя;
- если человек непроизвольно опорожнил кишечник или мочевой пузырь, постарайтесь помочь убрать место и снять грязную одежду;
- не отходите от больного еще минимум 15-20 минут, так как нормализация состояния наступает не сразу;

Для оказания первой помощи не требуется обладать специфическими медицинскими знаниями или навыками. В большинстве случаев приступы проходят самостоятельно, и не приходится вызывать бригаду скорой помощи. Часто человек, знающий о своих проблемах, носит записку с номерами телефонов родных или близких, с информацией о себе, которая может пригодиться тем, кто окажется поблизости от него во время приступа.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?