



Эпилепсия:

**профилактика и первая
помощь при приступах**

Главный признак приступа эпилепсии —

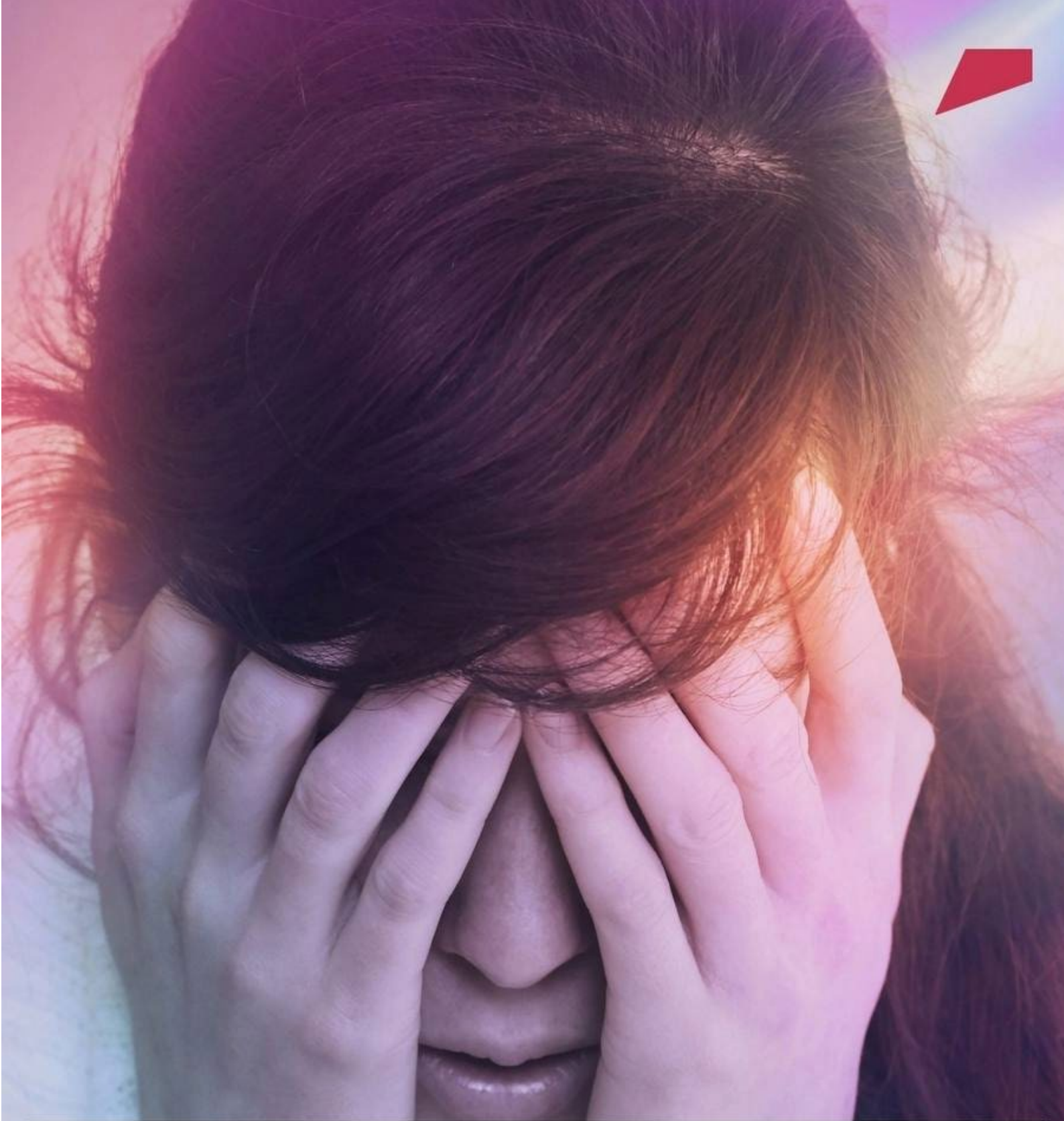
кратковременные непроизвольные судороги по всему телу или в его определённой части.

Иногда припадок сопровождается:

- мышечными спазмами
- тяжёлыми и продолжительными конвульсиями
- потерей сознания
- провалами в памяти

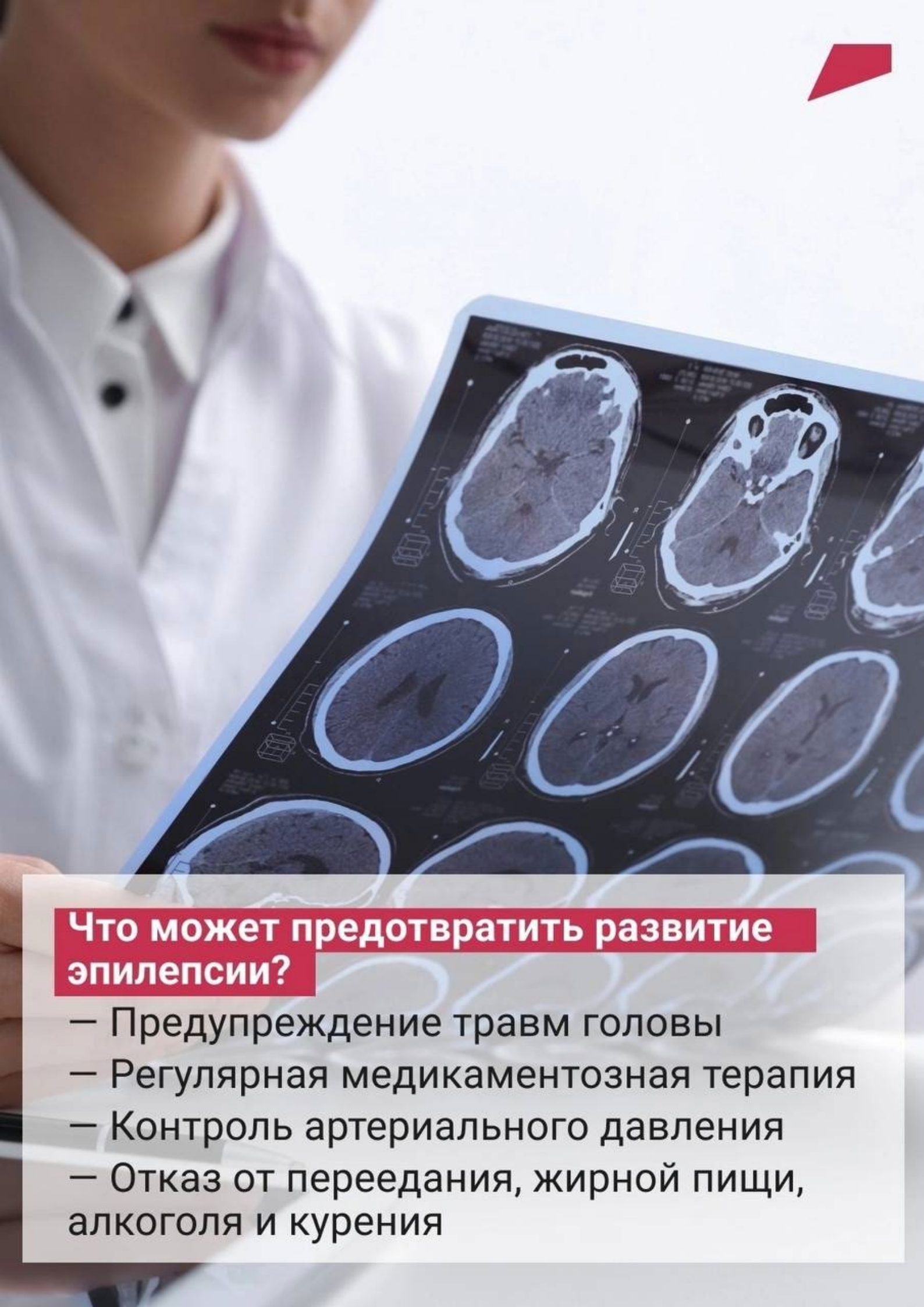
Приступы могут беспокоить человека

как несколько раз в день, так и раз в год.



Спровоцировать припадок могут:

- вспышки света
- стресс
- употребление алкоголя
- пропуск назначенных препаратов




Что может предотвратить развитие эпилепсии?

- Предупреждение травм головы
- Регулярная медикаментозная терапия
- Контроль артериального давления
- Отказ от переедания, жирной пищи, алкоголя и курения

Если вы стали свидетелем приступа эпилепсии:

1. Зафиксируйте время начала приступа
2. Подложите под голову больного подушку, сумку или пакет
3. Расстегните стягивающую одежду и ослабьте ремень
4. Уложите человека на бок — при этом слегка придерживайте его

Не пытайтесь разжать челюсти и не кладите никаких предметов в рот! Вызовите скорую помощь и оставайтесь рядом с больным, пока он не придёт в сознание.



Больному эпилепсией специалисты рекомендуют:

- носить инфобраслет
- делиться геолокацией с родственниками
- активировать функцию SOS и датчик падения на смартфоне

Кроме того, не следует оставаться в одиночестве у воды и огня, на перронах, в метро, рядом с нагревательными приборами, а также при переходе через дорогу.