bit.ly/PetitionEpilepsy

КАК СПРАВИТЬСЯ С ЭПИЛЕПТИЧЕСКИМИ ПРИСТУПАМИ

Полезная информация в целях Вашей безопасности

Общение - ключ к получению помощи

Совместная работа с доктором для определения рисков и составления плана действий

Получить ответы на вопросы:

- *Какой вид эпилепсии у меня?*
- *Что мне делать при возникновении 2-го приступа?*
- *Как я могу предотвратить приступы в будущем?*
- *Какие наиболее распространенные побочные эффекты лекарственных препаратов?*
- *Что мне делать, если я забыл принять лекарство?*
- *Какие есть другие методы лечения, если лекарство не помогает?*
- *Каков риск внезапной смерти*

Синдром внезапной смерти ежегодно встречается у 1 пациента с эпилепсией из 1000. У некоторых пациентов риск выше, что может быть связано с сопутствующей патологией. Чтобы уменьшить Ваши риски, необходимо с врачом создать совместный план по контролю над приступами.

Постарайся больше взаимодействовать с людьми с таким же диагнозом. Ты не один. Узнай у своего врача о наличии в городе сообществ по борьбе с эпилепсией.

Разговаривай об этом с семьей, друзьями, сотрудниками и преподавателями. Самый лучший путь держать себя в безопасности, это дать знаять людям, как помочь если у тебя приступ. Будь смелым и начинай общаться.

Депрессия может быть у 5 из 10 человек с эпилепсией и приступами. Если ты чувствуешь, что у тебя депрессия, поговори с доктором.

Если у тебя депрессия, обсуди с доктором.
Симптомы депрессии:
- Жизнь кажется постоянной борьбой
- Тебе кажется, что все что ты делаешь - неправильно
- Вещи или события, которые раньше были в радость, не приносят удовольствия

SUDEP INSTITUTE

Источник: информация и статистика основана на данных www.cdc.gov/epilepsy

www.epilepsy.com

перевод vk.com/LosevSky памяти Ани Лосевской

Петиция в Минздрав bit.LY/PetitionEpilepsy #epiSafeMos 25.11.20

Безопасность при Эпилепсии

Освободи полы от острых предметов. Защита на углы, мягкий ковер на пол, экраны на батареи отопления, без-осколочная посуда и стекло.

Распознай предвестник припадка (ауру) и ляг на бок

В России больше 1 млн эпилептиков. Больше 1000 чел/год гибнет без ТБЭ.com

Не пользуйся электроинструментом и не готовь еду один. Используй СВЧ печь, датчик пожара. Не носи кипяток.

Предпочти душ. Не закрывайся в ванне, вынь пробку, избегай засоров от волос, используй поручень, термостат

Используй сигнализаторы припадков (Empatica, Seizario и др.) для оповещения близких или будь с кем-либо в комнате, спи на боку с капой. Пользуйся низкой кроватью, подушкой против удушения breathezy, отодвинь тумбочку. Не пропускай прием лекарств.

Активируй родным свой GPS, SOS, датчик падения
Путешествуй с тем, кто знает как тебе помочь.
Носи инфобраслет, ПП инструкцию окружающим, защитный ободок, каскетку или эпишапку от удара

Не садись за руль даже на лекарствах. Опасайся высоты, огня, механизмов даже при абсансах.
Нельзя скоростной, боевой, подводный спорт.
Плавай и рыбачь в спасжилете под присмотром.

SUDEP INSTITUTE
www.epilepsy.com

vk.com/epilepsy_group fb.com/groups/episafemos

перевод и дополнения vk.com/LosevSky памяти Ани Лосевской

Отмена препарата длится месяцы.
Предоставь видео припадка врачу.
Помни о побочках препаратов и провокаторах припадков