

БЕЗОПАСНОСТЬ И

*Эмиссия*



Брошюра «Safety and Epilepsy» была создана



Ассоциацией по эпилепсии Северной Альберты (Канада)

Email: [info@edmontonepilepsy.org](mailto:info@edmontonepilepsy.org)

Web-сайт: [www.edmontonepilepsy.org](http://www.edmontonepilepsy.org)

Брошюра была разработана для того, чтобы предоставить широкой общественности общую информацию об эпилепсии. Она не содержит конкретных медицинских рекомендаций и люди с эпилепсией не должны на основе данной информации вносить изменения в ранее назначенное лечение или осуществлять другие действия без предварительной консультации с лечащим врачом.

© Ассоциация эпилепсии Эдмонтона, 2011

Брошюра «Безопасность и Эпилепсия» представляет собой адаптированный перевод оригинальной брошюры «Safety and Epilepsy», который проверен и одобрен Ассоциацией людей с эпилепсией Северной Альберты и г. Эдмонтон, Канада (Edmonton Epilepsy Association, EEA), в том числе и для размещения в Интернете, печати и распространения для некоммерческого использования. Все права защищены и принадлежат Edmonton Epilepsy Association, Canada.

Перевод брошюры осуществлен по инициативе родителей, имеющих детей с эпилепсией, силами самих родителей и волонтерами, небезразличными к проблемам людей с эпилепсией.

*Координатор:* Наталья Вопнярская (Беларусь)

*e-mail:* [vapnata@gmail.com](mailto:vapnata@gmail.com)

*Консультант:* врач-невролог, специалист в области эпилепсии у детей:

Дмитрий Кот (Беларусь)

*Редактор:* Виктория Калоша (Беларусь),

*Перевод текста:* Никита Клименко (Беларусь),

*Верстка:* Виктор Морозов (Беларусь).

Вы можете связаться с нами через нашу страницу в Facebook

**«Поддержка людей с эпилепсией в Беларуси»:**

<https://www.facebook.com/groups/264621697056608/>

Безопасность и

*Эпилепсия*

Серия образовательных брошюр  
по эпилепсии

2018

# Содержание

|  |    |
|--|----|
| Безопасность и эпилепсия . . . . .   | 4  |
| Ваш выбор . . . . .  | 5  |
| Прием противосудорожных препаратов . . . . .   | 6  |
| Подготовьтесь заранее . . . . .  | 6  |
| Следите за факторами, которые могут<br>спровоцировать приступ . . . . .                      | 7  |
| Безопасность в быту . . . . .  | 8  |
| Общие рекомендации . . . . .   | 8  |
| На кухне . . . . .   | 9  |
| В ванной комнате . . . . .   | 10 |
| В спальне . . . . .  | 11 |
| В жилых комнатах . . . . .   | 11 |
| Меры безопасности для людей со<br>светочувствительной (фотосенситивной) эпилепсией . . . . . | 11 |
| Меры безопасности при выполнении домашней работы . . . . .                                   | 12 |
| Меры безопасности при<br>воспитании ребенка и уходе за ним . . . . .                         | 12 |

|   |    |
|---|----|
| Безопасность на рабочем месте .....                 | 14 |
| Работодатель обязан оборудовать рабочее место ..... | 14 |
| Меры безопасности                                   |    |
| при занятиях спортом и активном отдыхе .....        | 15 |
| Оказание первой помощи                              |    |
| при приступе человеку, находящемуся в воде .....    | 16 |
| Безопасность во время путешествий .....             | 16 |
| Организации, занимающиеся                           |    |
| проблемами, связанными с эпилепсией .....           | 18 |
| Первая помощь при приступе .....                    | 19 |
| Вызов скорой помощи .....                           | 20 |
| Эпилептический статус .....                         | 20 |

## Безопасность и эпилепсия

У людей с эпилепсией чаще, чем у обычных людей, возникает риск получения травм.

Эпилептические приступы могут принимать различные формы и проявляться в виде застывшего взгляда, мышечных спазмов, неконтролируемых движений, изменения сознания, необычных ощущений или судорог.

У некоторых людей с эпилепсией приступы протекают таким образом, что риск получить травму минимален. Другим людям могут потребоваться дополнительные меры предосторожности для того, чтобы избежать повреждений. Это необходимо, если человек испытывает приступы, которые происходят внезапно или связаны с падением, потерей сознания. Постиктальная спутанность сознания также может привести к травмам. Принятие мер предосторожности может потребоваться в быту, на рабочем месте, в учебных заведениях, а также во время поездок или участия в мероприятиях.

Оценка рисков, связанных с типом и частотой испытываемых приступов, и принятие необходимых мер для защиты от травм – важные шаги в обеспечении личной безопасности и благополучия человека с эпилепсией.

# Ваш выбор

- Ведите здоровый и уравновешенный образ жизни. Хорошо высыпайтесь, старайтесь избегать стресса, сбалансированно и полноценно питайтесь, не рекомендуется употребление алкоголя и наркотических средств.
- Всегда принимайте противосудорожные препараты по схеме, предписанной врачом.
- Отслеживайте факторы, которые могут быть триггерами приступов.
- Записывайте информацию о приступах в дневник приступов.
- Информировать фармацевта и стоматолога о своем состоянии и принимаемых вами противосудорожных лекарствах.
- Носите опознавательный медицинский браслет, брелок или подвеску. Дети должны носить только медицинский браслет, подвеску следует исключить.
- Научите близких людей процедурам оказания первой помощи, вывесьте инструкцию по оказанию первой помощи на видном месте в вашем доме или квартире.
- Научитесь первой помощи при удушье и научите близких людей.
- Имейте при себе информацию, которая может быть полезной людям, оказавшимся рядом с вами во время приступа, в том числе свои контактные данные, номера телефонов ваших родственников, медицинскую информацию и телефон экстренной медицинской помощи.
- Если вместе с вами никто не живет, позаботьтесь о том, чтобы кто-нибудь регулярно навещал вас.



## Прием противосудорожных препаратов

- 1 Противосудорожные препараты необходимо принимать строго по назначению врача. Внезапный перерыв в принятии лекарств может привести к усилению припадков или наступлению эпилептического статуса.
- 2 Употребление любых других лекарств или витаминов необходимо обсуждать с врачом или фармацевтом. Мочегонные средства, препараты ацетилсалициловой кислоты, например, аспирин, препараты растительного происхождения, таблетки для похудения и противозачаточные таблетки могут взаимодействовать с противосудорожными лекарствами. Даже некоторые терапевтические лекарства, такие как антидепрессанты и антибиотики, могут влиять на действие противосудорожных препаратов.
- 3 Не переходите от использования оригинального препарата к дженерику без консультации с врачом. Введение в состав препарата различных наполнителей, красителей и т.д. может привести к непредсказуемым реакциям организма на препарат.
- 4 Имейте запас противосудорожных лекарств на одну или две недели, чтобы не допустить ситуации, когда они внезапно закончились.



## Подготовьтесь заранее

- На случай, если вам может внезапно понадобиться помощь, полезно иметь при себе заранее настроенный мобильный телефон или пейджер.
- Если противосудорожные препараты влияют на память, используйте часы с будильником, таймер, медицинский дозатор.
- Современные производители постоянно ведут разработку новых средств безопасности. Сюда входят такие высокотехнологичные устройства, как специальные датчики, реагирующие на характерные для приступов движения в кровати, электронные устройства слежения, адаптированные души, использующие инфракрасное излучение и отключающие воду, если человек падает.
- Некоторые люди с эпилепсией успешно используют специальных слу-



жебных собак. Выведение и подготовка таких собак очень сложна и дорого стоит, их обучают реагировать на начинающийся приступ – искать помощь или защищать человека во время приступа. Исследования подтверждают, что некоторые собаки способны предчувствовать приступ и предупредить об этом человека заранее.

### **Следите за факторами, которые могут спровоцировать приступ**

Некоторые люди с эпилепсией не могут определить конкретные события или обстоятельства, которые влияют на приступы, в то время как другие люди могут четко определить триггеры приступов. Знание триггеров полезно, потому что это может помочь избежать наступления приступа.

#### **Некоторые триггеры (провокаторы) приступов:**

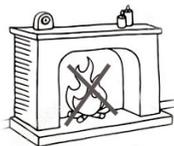
- Пропущенный прием противосудорожных лекарств;
- Нехватка сна;
- Пропущенный прием пищи;
- Стресс, возбуждение, нервное потрясение;
- Менструальный цикл / гормональные изменения;
- Болезнь, высокая температура;
- Низкий уровень противосудорожных препаратов в крови;
- Прием лекарств, не предписанных или не согласованных с врачом;
- Избыточное употребление алкоголя и последующее похмелье или абстинентный синдром;
- Мерцающий свет компьютера, телевизора, кино или видео и т. д.;
- Наркотики (например, кокаин, амфитамины, «экстази», ЛСД, синдром отмены марихуаны)

Для получения дополнительной информации о причинах приступов, приеме лекарств и доступных устройствах безопасности, свяжитесь с Вашей местной ассоциацией по эпилепсии.

# Безопасность в быту

## Общие рекомендации

- Использование нагревательных приборов (плит, утюгов) и открытого огня (камин, свечи) увеличивает риск ожогов или пожаров в случае наступления приступа. Курение также представляет опасность для людей, подверженных приступам.
- Воздушное отопление предпочтительнее радиаторов, конвекторов и отдельно стоящих обогревателей. Если у вас дома имеются радиаторы, установите защитные решетки.
- Одноэтажный дом или квартира на первом этаже уменьшают риск, связанный с лестницами. Короткие марши с площадками предпочтительнее крутых и длинных лестниц. Если у вас в доме есть лестница, лучше установить в верхней ее части калитку безопасности.
- Рекомендуется мебель с круглыми, а не острыми углами. Острые углы на столах и другой мебели должны быть обиты мягким материалом.
- Может оказаться полезным застелить полы коврами, желательно с толстой подложкой.
- Пользуйтесь электроприборами и инструментами с автоматическими выключателями – это обеспечит дополнительную безопасность.
- Застелите наружные бетонные ступеньки и крыльцо ковровым покрытием.



Повесьте на видном месте телефоны врача и экстренной медицинской помощи, а также инструкцию об оказании первой помощи при приступе

## На кухне

- Вместо плиты используйте микроволновую печь.
- Пользуясь плитой, используйте задние дальние конфорки.
- Располагайте ручки кастрюль и сковород повернутыми к дальней части плиты.
- Подавая горячую еду и жидкости на стол, лучше сразу переложить их в тарелки, а не нести всю кастрюлю или сковороду на стол.
- Не переносите с места на место кипяток в открытых емкостях.
- Если это возможно, готовьте тогда, когда кто-то еще есть дома.
- Лучше использовать пластмассовую, а не стеклянную посуду.
- Используйте чашки с крышками.
- Постарайтесь как можно реже пользоваться ножами. Лучше пользуйтесь блендером или кухонным комбайном.
- Приобретайте заранее нарезанные или подготовленные к приготовлению продукты.
- Постарайтесь выполнять большую часть работы сидя.
- Кладите острые столовые приборы в нижнюю часть посудомоечной машины.
- Надевайте резиновые перчатки, когда моете стеклянную посуду или пользуетесь острыми приборами.
- Держите рядом часто используемые предметы, чтобы не доставать их из высоко расположенных кухонных шкафов и буфетов.
- Располагайте электроприборы как можно дальше от раковин.



## В ванной комнате

- Предпочтительнее мыться под душем, а не принимать ванну. Для людей с эпилепсией душ безопаснее, однако, опасность травмирования сохраняется. Если вы падаете во время приступа, оборудуйте в душе низкое сиденье с ремнем безопасности.
- Используйте душ с устройством автоматического контроля температуры воды.
- Настройте водонагреватель на более низкую температуру.
- Сначала включайте холодную воду, а затем горячую. При выключении сначала выключайте горячую воду.
- Используйте резиновые коврики или нанесите на полу ванной противоскользящие полосы.
- Принимайте душ только тогда, когда дома есть другие люди.
- Используйте лейку для душа, которую можно держать руками.
- Убедитесь в исправной работе водостоков в ванной и душе.
- Оборудуйте в душе мыльницу в углублении стены.
- Используйте душ с плоским полом вместо душевой кабины с поддоном, в котором может скапливаться вода.
- Не закрывайте дверь в ванную на замок. Вместо этого повесьте табличку «занято».
- Не используйте электроприборы вблизи воды.
- Оборудуйте открывающиеся наружу двери в ванную. Это необходимо для того, чтобы в случае падения дверь не мешала человеку, который придет вам на помощь, войти внутрь.
- Установите в ванной или душевой зеркала и двери из пластмассы, либо ударопрочного или безосколочного стекла.
- Используйте обитое мягким материалом сиденье для унитаза.
- Ванная комната должна хорошо вентилироваться для того, чтобы избежать перегрева.



### **В спальне**

- Используйте контрольные устройства и видеокamеры в вашей спальне для того, чтобы предупредить живущих с вами людей о том, что у вас начался приступ.
- Спите на низкой кровати, не рекомендуется спать на двухъярусных кроватях.
- Не пользуйтесь кроватями с твердыми кромками и острыми углами в основании.
- Не пользуйтесь водяными кроватями и матрасами.
- Пользуйтесь специальными подушками против асфиксии.
- У ночного столика возле кровати не должно быть острых углов.



### **В жилых комнатах**

- Не применяйте в отделке стен стекло или зеркала
- Рекомендуется использовать подвесные светильники вместо напольных или настольных ламп.

### **Меры безопасности для людей со светочувствительной (фотосенситивной) эпилепсией**

Свет, мерцающий с определенной частотой и яркостью (например, от телевизора или компьютера) может вызвать приступ у людей со светочувствительной эпилепсией.

- Сведите к минимуму ситуации, в которых вы подвергаетесь воздействию мерцающего света.
- Не сидите близко к телевизору.
- Смотрите телевизор в хорошо освещенной комнате.
- Делайте перерывы во время использования компьютера.
- Следите за тем, какие именно компьютерные игры вызывают приступы.
- Используйте компьютеры и мониторы с как можно более слабым мерцанием.
- На улице пользуйтесь поляризационными солнцезащитными очками, чтобы уменьшить эффект мерцания от естественного света: например, отражения солнечного света от поверхности воды.



## Меры безопасности при выполнении домашней работы

- Пользуйтесь настольной гладильной доской или доской, прикрепленной к стене.
- Используйте электроприборы с автоматическим выключением.
- Работайте за низким столом.
- При использовании машинного оборудования носите защитную одежду, например, перчатки, защитные очки или специальную обувь.



## Меры безопасности при воспитании ребенка и уходе за ним

- Установите защитное ограждение для места для игр или пользуйтесь детским манежем.
- Пользуйтесь детской коляской не только на улице, но и дома, старайтесь как можно меньше переносить ребенка на руках.
- Во время прогулки пользуйтесь коляской с тормозом, детскими вожжами или поводком с браслетом, который надевается на руку взрослого.
- Меняйте памперсы, пеленки или одежду на подушке, положенной на пол, или пеленальном столике с ремнем безопасности для того, чтобы предотвратить падение вашего ребенка.
- Храните необходимые для ухода за ребенком вещи на каждом из этажей вашего дома для того, чтобы лишний раз не подниматься или не спускаться по лестнице вместе с ребенком.
- Если вы одни дома, не купайте ребенка в ванне – лучше оботрите его губкой или влажной салфеткой.
- Не переносите горячие жидкости и не курите вблизи ребенка.



- Во время кормления ребенка пристегните ребенка к детскому креслу, стоящему на полу, или специальному высокому стульчику для кормления.
- Если вы кормите грудью, то делайте это, сидя на полу, окружив себя предметами с мягкой поверхностью.
- Если недосыпание вызывает у вас приступы, попросите кого-то помочь вам кормить ребенка ночью или днем, так, чтобы вы могли выспаться. Если вы кормите грудью, сцеживайте молоко в бутылку, чтобы другой человек мог покормить им ребенка, пока вы спите.
- Держите наружные двери и ворота закрытыми.
- Держите противосудорожные лекарства вне зоны досягаемости детей.
- Когда ваш ребенок станет достаточно взрослым для понимания, обсудите с ним то, что вы живете с эпилепсией. Это поможет ответить на некоторые вопросы, возникающие у ребенка, а также позволит ему узнать, как он должен реагировать на наступление приступа.
- Объясните ребенку, что он должен делать в случае наступления приступа, и повесьте телефоны экстренной медицинской помощи и другую полезную контактную информацию на видном месте.



# Безопасность на рабочем месте

- Не рекомендуется работа на большой высоте, с тяжелой техникой, связанная с высокими температурами, открытым огнем, расплавами или пребыванием на воде.
- При работе с машинами и электроинструментами пользуйтесь средствами безопасности и автоматическими выключателями.
- При работе с оборудованием надевайте защитные перчатки, защитные очки, обувь и т.д.
- Соблюдайте график работы для поддержания здорового образа жизни; обязательно высыпайтесь.
- Научитесь справляться со стрессом, используя приемы совладания с трудными ситуациями (копинговые стратегии).
- Убедитесь в том, что коллеги знают, как оказать вам первую помощь.
- Узнайте больше о том, как оборудовать рабочее место для человека с эпилепсией.



## Работодатель обязан оборудовать рабочее место

Оборудование специального рабочего места – это процесс, с помощью которого оборудуется безбарьерное рабочее место для людей с инвалидностью. Согласно Закону о правах человека, действующему на территории Канады\* работодатель обязан приложить все усилия для адаптации человека с инвалидностью на рабочем месте и оборудовать для него специальное рабочее место, кроме тех случаев, когда такое намерение создает необоснованные сложности. Оборудование рабочего места может включать в себя такие простые действия, как перестановка мебели или разрешение на обмен сменами с другими работниками. Вы можете получить подробную информацию об оборудовании рабочего места для людей с инвалидностью в местных организациях, предлагающих содействие в трудоустройстве людей с инвалидностью.

\* В Беларуси: Согласно Законам «О предупреждении инвалидности и реабилитации инвалидов» и «О социальной защите инвалидов в Республике Беларусь»

# Меры безопасности при занятиях спортом и активном отдыхе

- Принимайте особые меры предосторожности, занимаясь спортом, который может привести к травмам головы, в том числе такими контактными видами, как футбол, хоккей, карате.
- Всегда используйте защитную экипировку: шлемы, спасательные жилеты, наколенники и налокотники.
- Не рекомендуется заниматься экстремальными видами спорта: подводным плаванием, скалолазанием.
- Катайтесь на велосипеде по велосипедным дорожкам или по обочинам дорог.
- Если вы испытываете неконтролируемые приступы, не плавайте без постоянного наблюдения. Всем людям, испытывающим приступы, рекомендуется плавать вместе с компаньоном, желательно, опытным пловцом.
- Плавайте в бассейне, а не на открытой воде.
- Выполняйте упражнения на мягких, а не твердых поверхностях (например, на ковриках или траве).
- Во время походов, катания на лыжах, лодке с вами рядом должен находиться друг.
- Используйте карабин и ремень безопасности, поднимаясь на лыжном подъемнике.
- Обсудите занятия различными видами спорта с вашим врачом.
- Отслеживайте такие эффекты от занятия спортом, как снижение уровня сахара в крови, обезвоживание, переутомление – они могут увеличить риск наступления приступа.
- Расскажите спасателям, тренерам, руководителям группы и другим ответственным лицам о своем состоянии и о том, как необходимо реагировать в случае наступления приступа.



- Если триггером ваших приступов является мерцающий свет, надевайте поляризационные солнцезащитные очки во время нахождения на улице для того, чтобы снизить эффект от мерцающего света (например, отражение солнца на воде).

### Оказание первой помощи при приступе человеку, находящемуся в воде

- Поддерживайте голову человека.
- Держите лицо человека над водой.
- Отклоните голову человека назад, чтобы дыхательные пути были свободны.
- Доставьте человека к краю бассейна или к берегу.
- Поверните человека на бок.
- Проверьте дыхательные пути.
- Если человек не дышит, сделайте искусственное дыхание.
- Вызовите скорую помощь. Немедленная медицинская помощь необходима, даже если кажется, что человек восстановился после приступа. Вода, попавшая в дыхательные пути, может стать причиной повреждение сердца или легких.



## Безопасность во время путешествий

- Если вы испытываете неконтролируемые приступы, вам запрещено водить автомобиль. Как правило, вождение разрешено, если у вас не было приступов на протяжении последних 6 или 12 месяцев (в зависимости от точного диагноза и законодательства, действующего на данной территории), и вы находитесь под наблюдением врача<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>В Беларуси требования к состоянию здоровья для управления транспортными средствами регламентированы приказами и постановлениями Министерства здравоохранения РБ

- Всегда имейте при себе копии важных медицинских документов, контактные телефонные номера и перечень принимаемых вами противосудорожных препаратов.
- Ожидая автобус, отойдите от края дороги, во время поездки на метро ждите поезда в глубине платформ.
- Старайтесь пользоваться лифтом, а не эскалатором или лестницей.
- Если вы выходите на улицу в очень жаркую или очень холодную погоду, попросите кого-нибудь сопровождать вас.
- Если вы путешествуете самолетом, рассмотрите возможность заблаговременного информирования представителей авиакомпании о вашем состоянии для того, чтобы они заранее могли подготовиться к возможному наступлению приступа.
- Держите при себе некоторое количество противосудорожных лекарств на тот случай, если багаж потеряется.
- Берите с собой все медикаменты, которые могут понадобиться вам во время поездки, на случай их недоступности, при этом храните в оригинальных упаковках. Можно взять с собой запас лекарств на случай, если часть из них потеряется или поездка затянется.
- При смене часовых поясов убедитесь в том, что вы принимаете лекарства строго через предписанные промежутки времени.
- Если вам необходимо сделать прививку, проконсультируйтесь у своего врача насчет любых взаимодействий препаратов или иных возможных проблемах.
- Узнайте, предоставляют ли туристические компании льготы для сопровождающих лиц, способных оказать необходимую помощь в соответствии с медицинскими показаниями.
- Носите медицинский идентификационный браслет.

## Организации, занимающиеся проблемами, связанными с эпилепсией

Если у вас возникли какие-либо вопросы, связанные с эпилепсией, или вам необходимо решить какие-то проблемы, либо вы хотите поделиться своими идеями и опытом - свяжитесь с местной организацией, работающей с проблемами, связанными с эпилепсией. Такие организации могут предложить различные виды помощи: вы сможете принять участие в группах поддержки, различных программах, образовательных форумах, информационных мероприятиях для широкой общественности и тематических мероприятиях, вам будут предоставлены брошюры и информационные листки, а также доступ к ресурсной библиотеке, вы сможете получить консультационную и необходимую юридическую поддержку.

Став членом местной ассоциации по эпилепсии или другой аналогичной организации, вы сможете помочь изменить жизнь людей, живущих с эпилепсией, к лучшему.

Вы можете связаться с нами через нашу страницу в Facebook

«Поддержка людей с эпилепсией в Беларуси»: <https://www.facebook.com/groups/264621697056608/>

# Первая помощь при приступе

## Что делать, если у кого-то случился бессудорожный приступ

*(признаки: «застывший» взгляд, внезапное замирание, человек не отвечает на обращение, беспорядочные движения)*

- 1 **Оставайтесь рядом с человеком.** Позвольте приступу идти своим чередом. Спокойно объясняйте другим, что происходит.
- 2 **Уберите опасные предметы за пределы досягаемости.**
- 3 **НЕ удерживайте человека в одном положении силой.**
- 4 **Осторожно направляйте движения человека от опасности или преградите доступ к опасным местам.**
- 5 **После приступа успокойте человека.** Оставайтесь с человеком до его полного прихода в себя.

## Что делать, если у кого-то случился судорожный приступ

*(признаки: напряжение мышц, падение, судороги)*

- 1 **Сохраняйте спокойствие.** Позвольте приступу идти своим чередом.
- 2 **Запомните время начала и окончания приступа.**
- 3 **Защитите человека от травм.** При необходимости положите человека на пол. Уберите за пределы досягаемости острые или твердые предметы. Положите под голову что-нибудь мягкое.
- 4 **Расстегните или ослабьте все предметы одежды в районе шеи.** Проверьте наличие браслета или брелка – медицинского идентификатора.
- 5 **НЕ удерживайте человека в одном положении силой.**
- 6 **НЕ кладите ничего в рот.** Человек не сможет проглотить язык.
- 7 **После того, как судороги закончатся, бережно поверните человека на бок,** чтобы позволить слюне и другим физиологическим жидкостям вытечь изо рта и очистить дыхательные пути.
- 8 **После приступа спокойно поговорите с человеком, успокойте его.** Не оставляйте человека, дождитесь, пока он не начнет хорошо ориентироваться в пространстве. Возможно, человеку потребуется отдохнуть или он заснет.

## Вызов скорой помощи

Принимая решение о вызове скорой помощи, учитывайте различные факторы. Если во время приступа наблюдается цианоз (кожа становится синюшного или серого цвета), либо затрудненное дыхание, необходимо вызвать скорую помощь как можно быстрее. Если же известно, что человек страдает эпилепсией и приступ проходит по стандартному сценарию, то необходимости в вызове скорой помощи нет.

### Вызывайте скорую помощь

- Если судорожный приступ длится больше 5 минут;
- Если после окончания приступа человек находится без сознания, либо дыхание не восстановилось;
- Если приступ повторился без полного восстановления между приступами;
- Если человек дезориентирован больше часа после окончания приступа;
- Если приступ случился в воде, и есть вероятность того, что вода попала в легкие. Если человек вдохнул воду, то это может вызвать повреждение сердца или легких;
- Если припадок случился впервые, если человек получил травму во время приступа либо приступ произошел у беременной женщины;
- Также надо вызвать скорую помощь в том случае, если приступ случился у человека, страдающего диабетом: экстремально высокий или низкий уровень сахара в крови, или его стремительное изменение могут спровоцировать судороги.

## Эпилептический статус

Продолжительный приступ, или эпилептический статус, является опасным для жизни состоянием. При эпилептическом статусе приступы длятся продолжительное время или происходят один за другим без полного восстановления между ними, могут сопровождаться или не сопровождаться судорогами. **При наступлении эпилептического статуса необходима срочная медицинская помощь.**

### Внезапная необъяснимая смерть при эпилепсии (SUDEP)

Причины внезапной смерти больных эпилепсией неизвестны. Такие случаи встречаются очень редко.



