## Эпилепсия, безопасность и первая помощь при приступе

Эпилепсия - это неврологическое заболевание, требующее не только регулярной квалифицированной медицинской помощи, но и осознанного отношения самого пациента к своему состоянию. Эпилептический припадок может произойти в любой момент, и очень важно, чтобы поблизости с человеком не было острых предметов, а также отсутствовали другие факторы, угрожающие его здоровью и жизни.

Эпилептический припадок может проявляться кратковременными судорогами в определенной [части тела](https://medaboutme.ru/zdorove/spravochnik/slovar-medicinskih-terminov/telo/) или же непроизвольными сокращениями мышц по всему телу. При этом у пациентов могут отмечаться нарушения координации и ощущений (зрения, вкуса и слуха), когнитивных функций и настроения. Возможна потеря сознания, которая и представляет одну из основных опасностей для человека. По статистике, в странах с низким и средним уровнем дохода наиболее распространенной причиной смертности среди пациентов с диагнозом «эпилепсия» являются падения с высоты, утопления и получение ожогов, несовместимых с жизнью. Именно поэтому очень важным при эпилепсии является обеспечение безопасности человека в случае внезапных приступов.

Поэтому люди с эпилепсией, исходя из соображений собственной безопасности, не могут заниматься высотными работами, трудоустраиваться в горячих цехах, управлять движущимися механизмами, в том числе водить автомобиль, работать с промышленными ядами и т. д.

Другими словами, любая работа, при которой во время эпилептического приступа человек может оказаться в опасности, для него запрещена.

Также огромным значением для сохранения здоровья и жизни людей, у которых периодически случаются эпилептические приступы, обладает соблюдение определенных правил безопасности в быту и вне дома. В частности:

- пациентам с диагнозом «эпилепсия» не стоит скрывать свое заболевание от людей близкого круга, чтобы во время приступа они смогли понять, что происходит и оказать необходимую помощь;

- также желательно всегда носить с собой карточку, на которой отмечена информация о самом человеке и его диагнозе (это поможет посторонним людям не растеряться, оказать первую помощь или вызвать медиков);

- при медикаментозном лечении эпилепсии необходимо четко придерживаться графика приема препаратов и при появлении любых проблем консультироваться с врачом;

- важно исключать из жизни факторы, которые могут спровоцировать приступ (недосыпы, психические и физические перенапряжения, прием алкоголя и др.);

- дом человека с диагнозом «эпилепсия» должен представлять собой территорию, наиболее безопасную в любом ее участке;

- несмотря на диагноз «эпилепсия», для человека, страдающего данным заболеванием, очень важна регулярная физическая активность.

**Первая помощь при приступе**

Для оказания первой помощи не требуется обладать специфическими медицинскими знаниями, навыками. В большинстве случаев припадок проходит самостоятельно, вызывать бригаду скорой медицинской помощи не обязательно. Как правило, человек, знающий о своих проблемах, носит записку с номерами родных, близких, информацию о себе, которая может пригодиться тем, кто окажется поблизости от него.

Однако людям, желающим помочь пострадавшему, следует четко выполнять манипуляции для оказания первой помощи, так как неверный порядок действий может нанести серьезный ущерб больному. Приступ, если он длится не более трех минут, следует просто контролировать и не пытаться привести человека в чувства. Однако, если приступ длиться дольше, важно вызвать медицинскую бригаду.

**Алгоритм действий при эпиприпадке**

Для начала стоит помнить, что паника и потеря самоконтроля являются факторами, из-за которых помощь во время эпилептического припадка может быть некорректной. Нужно успокоиться, перевести дыхание и начать выполнять следующий алгоритм действий:

- зафиксировать время начала приступа;

- **по возможности** положить больному свернутую мягкую ткань или любой не твердый предмет между челюстями, во избежание прикусывания губ или языка;

- зафиксировать время конца приступа, это поможет в дальнейшем при постановке диагноза.

Важно неотлучно находиться рядом, пока симптомы не пройдут окончательно. Если нет прямой угрозы жизни и здоровью, то лучше активно не вмешиваться в ход событий. Излишняя активность от желающих помочь нередко может навредить дальнейшему самочувствию.

Существует ряд ошибочных действий, которые могут нанести существенный вред пострадавшему. Действия, которые ни в коем случае нельзя предпринимать, желая помочь:

- во-первых, ни в коем случае нельзя оставлять человека одного. Во время тонической фазы судорог больной может перестать дышать из-за спазма дыхательных путей. В ходе клонической фазы – удариться обо что-нибудь головой;

- во-вторых, строго противопоказано пытаться удерживать бьющегося в судорогах человека. Мышцы из-за сокращений перенапряжены, и излишнее давление на конечности или позвоночник не приведет ни к чему хорошему, а только увеличит риск повреждения мышечного волокна или суставов, если речь идет о конечностях;

- в-третьих, нельзя пытаться силой разжать челюсти, лицевые мышцы напряжены не меньше прочих, так что попытка разжать челюсти может повредить зубы и закончиться переломом нижней челюсти. Также эта мера чревата травмами и для тех, кто хочет оказать первую помощь: челюсти сжимаются с такой силой, что эпилептик может откусить палец, которым ему хотят открыть рот.

- в-четвертых, очень важно не давать эпилептику какие-либо лекарства, даже если какие-то медицинские препараты обнаружились в карманах или сумке больного. В стрессе легко неправильно рассчитать дозировку, в том числе специально предназначенного препарата. Также можно допустить ситуацию, при которой таблетка попадет не в то горло. Если лекарство навредит, желающего помочь ждет уголовная ответственность, даже если он действовал из лучших побуждений.

По окончанию приступа, если человек не пришел в себя полностью, следует вызвать бригаду скорой медицинской помощи.