



# Что делать, если у человека рядом приступ эпилепсии

Чек-лист Тинькофф Журнала для тех, кто не хочет случайно навредить человеку с эпилепсией

- Оцените состояние человека** Если человек начинает терять сознание, вскрикивает, падает и у него начинаются судороги — вероятно, это эпилептический приступ. Если вы заподозрили что-то другое, например инсульт, — вызывайте скорую
- Подстрахуйте от падения** Попробуйте подхватить человека, когда он начнет падать, и аккуратно уложите его на пол. Удобнее всего обхватить человека со спины
- Зафиксируйте начало приступа** Посмотрите на часы и запомните примерное время начала приступа. Если приступ будет длиться дольше 5 минут, нужно вызывать скорую помощь, а время начала приступа сообщить медицинским работникам
- Уберите все опасные предметы** Рядом с человеком не должно лежать острых предметов, электрических проводов и других вещей, о которые он может удариться или которые может разбить. Например, очков
- Защитите голову** Во время приступа человека может сильно трясти. Подложите ему под голову свернутую одежду, чтобы он не травмировался
- Ослабьте одежду** Развяжите галстук или шарф, расстегните воротник и другие сковывающие элементы одежды, чтобы человеку было легче дышать
- Не удерживайте руки и ноги** Во время приступа нельзя удерживать руки и ноги человека, так вы можете его травмировать. Еще категорически нельзя разжимать человеку зубы, вставлять в рот ложку и другие предметы. Это тоже чревато травмой — не делайте этого сами и не позволяйте другим
- Поверните человека набок** Когда приступ закончится, человека может стошнить. Кроме того, во рту может скопиться много слюны. Поэтому поверните человека набок: так он не подавится рвотными массами и слюной

- Оставайтесь рядом**    Дождитесь, пока человек придет в себя и сможет назвать свое имя. Расскажите ему, что произошло и узнайте, нужна ли ему медицинская или любая другая помощь
  
- Когда вызывать скорую помощь**
  1. Приступ длится дольше 5 минут.
  2. Сразу после окончания приступа начался новый.
  3. Человек жалуется на боль или получил травму во время приступа.
  4. Приступ произошел в воде.
  5. Приступ был у беременной женщины