

Erste Hilfe bei großen Anfällen

So bedrohlich ein Krampfanfall für den Laien aussieht, er ist für den Kranken in der Regel nicht gefährlich oder gar lebensbedrohlich. Dauert er aber länger als 10 Minuten oder folgen mehrere große Anfälle dicht aufeinander, so muss unbedingt ein Arzt hinzugezogen werden oder eine Einweisung in ein Krankenhaus erfolgen. Nur der in einem solchen Fall drohende Daueranfall (status epilepticus) kann lebensgefährlich werden.

Die 10 wichtigsten Punkte:

- Ruhig bleiben und den Kranken nicht alleine lassen.
- Den Krampfenden aus einem möglichen Gefahrenbereich bringen.
- Seinen Kopf schützen und die Atemwege freihalten.
- Die Gliedmaßen vor Verletzungen schützen, aber nicht festhalten, um den Krampf zu stoppen.
- Keine harten Gegenstände zwischen die Zähne klemmen.
- Den Anfallsablauf genau beobachten. Erscheinungsform des Anfalls (z.B. Zuckungen in den Gliedmaßen, Gesichtsblicke, Drehung des Kopfes oder der Augen etc.) Wieviele Minuten dauert der Anfall?
- Sobald wie möglich den Patienten in eine stabile Seitenlage bringen.
- Bei der Fortdauer des Krampfes über 10 Minuten hinaus einen Arzt verständigen.
- Nach Ende des Krampfes den Patienten ausruhen lassen.
- Beim Patienten bleiben, bis er wieder bei vollem Bewusstsein ist.

Wollen Sie uns kennenlernen?

Wir beantworten gerne ihre Fragen.

— InGE —

Interessengemeinschaft Epilepsie Kiel e.V.

Corina Kusserow

Bergenring 6

24109 Kiel

Tel. 04 31 / 53 16 77

E-Mail: kusserow@ki.tng.de

Inge Knoop-Emil

Tegelkuhle 6

24119 Kronshagen

Tel. 04 3 / 54 90 37

E-Mail: knoop.emil@arcor.de

Helfen Sie uns, damit wir helfen können :

Interessengemeinschaft Epilepsie Kiel e.V.

PSD Bank eG

BLZ 210 909 00

Kontonr. 18 77 968 601

Dieser Flyer wurde hergestellt mit freundlicher

Unterstützung von:



www.inge-kiel.de



braucht Offenheit

Epilepsien sind Erkrankungen des Gehirns, die sich in verschiedenen Anfallsformen äußern können. Die Anfälle werden durch eine plötzliche extreme Aktivitätssteigerung des Zentralnervensystems hervorgerufen und sind Symptome einer Funktionsstörung des Gehirns.

Selbsthilfegruppen bieten Möglichkeiten, Epilepsie zu bewältigen.

„Überlass' nicht anderen, was Du selbst tun kannst, für Dich und andere!“

So lautet ein Kernsatz der Selbsthilfe.

Das offene Gespräch unter Gleichbetroffenen gibt Selbstvertrauen und Sicherheit im Umgang mit Angst und Schuldgefühlen. Die Begegnung mit anderen Anfallskranken, ihren Angehörigen und Freunden, vermittelt das Gefühl der Solidarität, hilft, das Leben mit Epilepsie zu bewältigen und vernünftige Lebensalternativen zu entwickeln.

In den Gruppen werden, auch gemeinsam mit Ärzten und Fachleuten, Informationen zu vielen Lebensbereichen gegeben und Fragen diskutiert (z.B. Fragen zur Medikamenteneinstellung, zur Erziehung und Berufswahl, zum Arbeitsplatz und zu Versicherungen, zur Lebensführung, etc.).

Epilepsie und Sport

Hierbei ist der **Landessportverband Schleswig-Holstein e.V. (LSV)** unser Partner. Trotz des positiven Einflusses von körperlicher Fitness auf Gesundheit treiben Menschen mit Epilepsie seltener Sport, weil sie Angst haben, sich in einem Anfall zu verletzen. Eine Studie aus Norwegen ergab, dass nur zwei Prozent der Patienten überhaupt während des Sports einen Anfall erlitten haben. Dies waren vor allem Menschen, die nicht regelmäßig Sport treiben. Dr. Ekkehard Wienholtz, Präsident des LSV: „Die Aufklärung zum Thema Sport und Epilepsie ist mir ein persönliches Anliegen. Der Landessportverband steht dazu mit seinem Netzwerk an Vereinen und Verbänden zur Verfügung.“



Epilepsie und Schule

Hier arbeiten wir mit dem **Thor-Heyerdahl-Gymnasium** in Kiel zusammen. Den Lehrkräften wird dazu passendes Material zur Verfügung gestellt, um die Schüler informieren zu können. Falls die Schüler es wünschen, gehen wir in den Unterricht und stehen für persönliche Fragen zur Verfügung. Dabei unterstützen uns Ärzte der Neuropädiatrie in Kiel und ein niedergelassener Neurologe.

Gerne kommen wir auch an Ihre Schule und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.



Interessengemeinschaft Epilepsie Kiel e.V.

**Wann treffen wir uns? Jeden 2. Mittwoch im Monat
Wo? AWO Kinderhaus, Sibeliusweg 2, 24109 Kiel**

Informationsstellen für Epilepsiekranke

Stiftung Michael

Die Stiftung Michael wurde 1962 gegründet zur Bekämpfung von Anfallskrankheiten. Sie gibt Auskunft, unterstützt fachspezifische Weiterbildung, und erstellt Informationsmaterial.

Geschäftsstelle: Münzkap 5, 22339 Hamburg, Tel. 040 - 53 88 540

Deutsche Epilepsievereinigung e.V.

Die Deutsche Epilepsievereinigung e.V. (DE) ist ein Verband der Epilepsie-Selbsthilfe-Bewegung in Deutschland. Sie ist behilflich beim Aufbau neuer Selbsthilfe-Gruppen.

Anschrift: Zillestr. 102, 10585 Berlin, Tel. 030 - 34 24 414

>Einfälle<

Zeitschrift der Epilepsie-Selbsthilfe in Deutschland. Dieses Heft erscheint einmal pro Quartal und informiert über alle Themen, die mit Epilepsie verbunden sind.

Redaktion: Zillestr. 102, 10585 Berlin, Tel. 030 - 34 24 252

Informationszentrum Epilepsie

Informationen jeglicher Art über Epilepsie erhalten Sie durch das IZE: Schriften, Videofilme, Literaturhinweise für Ärzte, Selbstbetroffene, Berufsberater, Lehrer, Erzieher, Sozialarbeiter und Psychologen.

Anschrift: Herforder Straße 5-7, 33602 Bielefeld, Tel. 05 21 - 12 41 17