

Info

Epilepsi



Epileptik nöbetler için ilk yardım

Epilepsi-Birliği

araştırıyor – yardım ediyor – bilgilendiriyor

GENELLEŞTİRİLMİŞ TONİK-KLONİK („BÜYÜK“-) NÖBETLER

“Büyük” bir nöbet gözlemleyen aile yakınları veya diğer insanlar anlaşılabilir heyecanları ve endişelerine rağ-men mümkün olduğunca paniğe kapılmamaları tavsiye edilir ve ihtiyatlı davranmalıdır. İyi niyetli ama aşırı heyecana kapılan yoldan geçeen insanlar düşünmeden yaptıkları yardımlarla mevcut durumda ek zararlar verebilirler. Genelleştirilmiş tonik-klonik tehdit edici görünse de onu yaşayan insanlar için normalde hayati tehlikesi yoktur. Bunun dışında başlamış olan bir nöbeti durdurmanın pratik olarak imkânı yoktur. Bir nöbetin başlangıcında nöbeti yaşayan kişinin attığı çığlık nöbetin neden olduğu bir acıdan kaynaklanmaz, aksine nefes borusu ve gırtlak yolu ile havanın şiddetli emilmesi veya dışarı verilmesi nedeni ile olur.

Tüm yardım tedbirlerinin amacı, mümkün komplikasyonları ve özellikle yaralanmaları engellemektir.

Mümkünse nöbet geçiren kişiyi düőme sırasında tutmayı veya uzatmayı denemek, nefes yolunu açık tutmak ve

salyanın akmasını kolaylaştırmak için ve bu durumda kusan kişi, kasılmalar geçtikten sonra en iyisi bacak bacak üstüne olacak şekle (yani sabit yanal pozisyon olarak adlandırılan) getirilmelidir.

Sadece nöbetin başında yaşlı insanların takma dişlerini hızlı bir şekilde çıkarmaya çalışabilirsiniz. Tonik evre olarak bilinen evrede çeneler birbirine bastırıldığı anda bunun için çok geçtir. Nöbet geçiren kişinin vücudunu tehlike bölgesinden çekmek veya hareket ettirmek isterseniz, ekstremitelere değil, vücudun üst kısmına dokunmalısınız. Nöbet sırasında kollardan çekildiğinde omuz eklemi yerinden çıkabilir.

Dişlerin arasına bir şey sokmayınız

Çoğu zaman doğru olduğu düşünülerek dil ısırmasını önlemek için kaşık veya tükenmez kalem gibi bir cisim kasılmıő kişinin dişlerinin arasına sokmaya çalışılır. Normalde bu başarılı olmaz ve dişlere daha fazla zarar verir ve yarardan çok başka yaralanmalara neden olur.

GENELLEŞTİRİLMİŞ TONİK-KLONİK („BÜYÜK“-) NÖBETLER

YAPILABİLECEKLER

Sakin olunuz (özellikle toplum ve diğer insanlar telaşlı olduğunda) saate bakınız (nöbeti ne zaman başladı?)

Bir nöbetin ilk belirtileri görölüyorsa (örneğin nöbeti geçiren kişinin ilk belirtisinde «donuk bakış»), bir kanepeye, yatağa veya yere uzanmasına yardım etmek.

Tehlikeli cisimleri uzaklaştırmak

- örneğin küçük mobilya parçaları ya da sivri, keskin, sert veya sıcak cisimler.
- gerekirse nöbet geçiren kişinin elinden dikkatlice tehlikeli cisimlerin alınması (bıçak, makas vs.)
- gerekirse gözlüğün çıkarılması

Gerekli olması durumunda nöbet geçiren kişiyi (gövdeden/ üst gövdeden) çekerek tehlikeli bölgeden uzaklaştırmak (örneğin ağıkta bir ateş olduğunda, merdiven başında).

Kasılma durduktan sonra «sabit yanal pozisyona» getirilmesi; nefes yolunun açık tutulması ve salyanın nefes borusuna akmasını ve kusmuğun nefes borusuna ve akciğere kaşmasını engellemek.

Varsa kafanın altına yumuşak bir eşya konulması (örneğin yastık, kazak veya benzeri).

Nefes alışı kolaylaştırmak için elbiseleri gevşetmek

- örneğin kravatı gevşetmek
- gömleğin yakasını açmak

Nöbet geçirenin aralarda kendine gelmediği, nöbet “kasılması” 3 dakikadan fazla sürdüğu üst üste nöbet geçirme, yaralanma veya komplikasyonların olma durumu olursa, doktor veya ambulans çağırınız.

YAPILMAMASI GEREKENLER

Huzursuzluk, panik ve kargaşa.

Başlayan bir nöbeti nöbet geçiren kişi ile «konuşarak», bağırarak, sarsarak, vurarak veya kokulu maddeleri tutarak engellemeye çalışmak.

Nöbet sırasında nöbet geçiren kişiyi, örneğin bir sandalyeye oturtmak veya hareket ettirmeye çalışmak. Kollarını ve bacaklarını tutmaya çalışmak, kasılmıő ellerini açmak veya nöbet sırasında «nöbeti atlatmasına» çalışmak.

Nöbet geçiren kişinin kollarından çekmeye çalışmak (omuz ekleminin yerinden çıkması tehlikesi).

Kasılma sırasında sabit yanal pozisyona getirme; (kolların omuz ekleminden çıkması tehlikesi).

Antiepileptik veya başka ilaçları içirmeye çalışmak (genzine kaçma tehlikesi).

Nöbet geçiren kişiyi nöbet sırasında ve özellikle de nöbetten sonra tutmak (yaralanma tehlikesinin artması).

Dişleri aralamaya çalışmak veya yukarı ve alt çenenin arasına bir cisim koymaya çalışmak (dişlerin ve parmakların yaralanması tehlikesi).

Epilepsi olduğu biliniyorsa ve nöbet zor geçmiyorsa daima doktoru ve ambulansı çağırarak.

“Şaşkınların” gönderilmesi

Nöbet geçiren kişiler için bilinçleri yerine geldikten sonra etrafta seyreden „şaşkınlar“ **kendileri** için olağan olan bu durumda en rahatsız edicidir.

Nöbet geçiren kişiyle yoldaysanız veya yoldan geçen bir kişi olarak bir nöbete şahit olursanız nöbet geçiren kişinin çevresinde bir şeye yaramadan duranlara, örneğin durumu bildiğinizi ve bunun özel bir durum olmadığını ve sadece bir nöbet olduğunu belirtip gitmelerini söyleyerek nöbet geçiren kişiye yardımcı olabilirsiniz.

BİLİNÇLİ YAŞANMAYAN FOKAL (ODAK) NÖBETLER (KARMAŞIK ODAKLI, PSİKOMOTORİK)

En önemlisi, genelleştirilmiş tonik-klonik nöbetlerde olduğu gibi sakin kalmak ve durumu kaçırmamaktır. Bilinç bulanıklığı yaşayan nöbeti geçiren kişi şaşkıncı bir biçimde, örneğin elinde nöbetin başında bir bıçak bile olsa nadiren yaralanırlar. „Otomatizm“ olarak adlandırılan bilinçsiz yapılan hareketler ve davranışlarda da bu seyrek olur.

Nöbeti geçiren kişinin yanında kalmak ve onu yalnız bırakmamak

Başlamış bir nöbet durdurulamaz veya yarıda kesilemez. Dikkatli bir şekilde tehlikeli cisimler nöbeti geçiren kişinin elinden alınabilir veya nöbeti geçiren kişi tehlikeli noktalardan uzaklaştırılabilir. Bezginlik ifadeleri veya savunma hareketlerini hemen bırakmak gereklidir çünkü çok çabuk boğuşmaya ve mücadeleye döner (nöbeti geçiren kişi çoğunlukla daha sonrasında bunu hatırlayamaz!).

ABSANS (GEÇİCİ BİLİNÇ YOKLUĞU)

Absanslar çoğunlukla 5 ila 30 saniye arasında sürer ve genelde ilk yardım tedbirlerinin alınmasını gerekli kılmayacak kadar zararsızdır. Pratikte yaralanmalar veya başka tehlikeli hareketler, davranışlar veya düşmeler olmaz.

Nöbeti geçirenler nöbetlerinin farkında bile olmadıklarından, daha sonra nöbet geçirdikleri konusunda bilgilendirilmelidirler.

BİLİNÇLİ YAŞANMAYAN FOKAL (ODAK) NÖBETLER

YAPILABİLECEKLER

Sakin kalınız (özellikle toplum içerisinde ve çevrede olanların yarattığı karmaşada), saate bakınız (nöbet ne zaman başladı?).

Gerekirse nöbeti geçiren kişinin tehlikeli bölgeden, örneğin (caddeden veya ocaktan) çıkması için eşlik etmek.

Tehlikeli cisimleri uzaklaştırmak

- örneğin küçük mobilya parçaları veya sivri, keskin, sert veya sıcak cisimler)
- gerekirse nöbeti geçiren kişilerin elinden dikkatlice tehlikeli cisimleri almak

Nöbet geçiren kişinin yanında nöbet geçene kadar ve tekrar normal konuşabilir hale dönene, nerede olduğunu, nereye gitmek istediğini ifade edene kadar kalmak.

Nöbet geçtikten sonra yardımcı olmayı teklif edin: Örneğin oturabileceği bir yere götürmek

- Örneğin eve götürme
- Birisine telefon etmenizi isteyip istemediğini sormak
- Ambulans çağırmanızı isteyip istemediğini sormak
- Nöbeti geçiren kişiye nöbeti nasıl geçirdiği ve ne kadar sürdüğünü anlatınız
- Gerekirse isim ve adres veriniz

YAPILMAMASI GEREKENLER

Bir nöbet sırasında ya da sonrasında nöbet geçiren kişiyi tutmak.

Nöbet geçiren kişiyi nöbet esnasında yalnız bırakmak.

Nöbet esnasında nöbet geçiren kişinin davranışlarına müdahalede bulunmak.

Nöbetten sonra şahsı hızla tekrar “aktif” hale getirmek.

Epilepsi-Birliği araştırıyor – yardım ediyor – bilgilendiriyor

Herkes epilepsili olabilir

İnsanların yüzde beş ila onunun yaşamları süresince bir epilepsi nöbeti var. Nüfusun yüzde birinde yaşamları süresince epilepsi ortaya çıkıyor. İsviçre’de aşağı yukarı 80’000 kişide var, bunların ortalama 15’000’ini çocuklar oluşturuyor.

Epilepsi-Birliği – çok yönlü aktif

İsviçre Epilepsi-Birliği 1931 yılından beri araştırıyor, yardım ediyor ve bilgilendiriyor. Amacı, epilepsisi olan insanların günlük yaşamlarını ve toplumdaki durumlarını kalıcı olarak daha iyi hale getirmek.

Araştırma

Epilepsinin bütün alanlarında bilginin daha da artmasını destekler.

Yardım

Almanca, İngilizce ve Fransızca bilgilendirme ve danışmanlık:

- epilepsisi olanlar ve yakınları için
- farklı alanlardaki uzmanlar için

Bilgilendirme

Epilepsi – Birliği bilgilendirir ve toplumda farkındalık yaratır ve epilepsisi olan insanların entegrasyonunu destekler.

Yazan:

Dr. med. Günter Krämer
Präsident der Epilepsie-Liga 2001–2016

Türkçe broşür için

www.epi.ch/tr

Diğer bilgiler

Almanca, Fransızca,
İngilizce ve kısmen İtalyanca

Schweizerische Epilepsie-Liga

Seefeldstrasse 84
CH-8008 Zürich
T +41 43 488 67 77
F +41 43 488 67 78

info@epi.ch

www.epi.ch
PC 80-5415-8

Bilgi güncellemesi: 8/2021

Ana sponsor olarak Neuraxpharm Switzerland AG’nin değerli destekleri ile gerçekteşmiştir.



Epilepsi-Birliği’nin diğer sponsorları
Arvelle Therapeutics (Angelini Pharma Group), Bial S.A.,
Desitin Pharma GmbH, Eisai Pharma AG, Sandoz Pharmaceuticals AG,
UCB-Pharma AG.

Sponsorların içeriğe herhangi bir etkileri yoktur.