

Эпилепсия

ЭПИЛЕПСИЯ – хроническое заболевание головного мозга различной этиологии, характеризующееся повторными (2 и более) непродолжительными эпилептическими приступами с нарушением двигательных, чувствительных, вегетативных, мыслительных или психических функций, возникающими вследствие чрезмерных нейронных разрядов в коре головного мозга.¹

СИМПТОМЫ



«Аура» перед приступом: легкое головокружение, необычные ощущения



«Аура» перед приступом: возможны зрительные и слуховые галлюцинации, потеря сознания



Судороги во всех мышцах или в отдельных группах мышц

По данным Международной Лиги по Борьбе с Эпилепсией (ILAE) диагноз эпилепсии установлен у 65 млн человек в мире.²



352 тысячи пациентов

В России зарегистрировано 352 тысячи пациентов с эпилепсией.³

Уровень смертности среди людей с эпилепсией более чем в 2 раза выше по сравнению с общей популяцией.⁴



В России сегодня противозепилептическое лечение получают 80% пациентов, однако доля пациентов, свободных от приступов не превышает 8%.⁶



Более 17% больных эпилепсией в России не получают специфической терапии.⁶



Вместе с тем, в мировой практике достижение ремиссии эпилепсии возможно в 70% случаев грамотного лечения.⁴

Знаете ли вы?



В древней Греции и Риме эпилепсию считали вмешательством богов в жизнь человека и потому провалили ее «Геркулесовой болезнью» и даже «божественной болезнью». А вот в христианстве эпилептические припадки приписывались бесовскому вмешательству



Многие известные во всем мире люди страдали эпилепсией. Среди них Юлий Цезарь, Сократ, Мольтер, Нобель, Ленин, Наполеон, Флобер, Достоевский, Стендаль и Байрон

Причины возникновения



- Повреждение головного мозга в пренатальном или перинатальном периоде
- Врожденные отклонения от нормы или генетические состояния при наличии пороков развития головного мозга, которые обусловлены этими факторами
- Тяжелая травма головы
- Инсульт, в результате которого в мозг не поступает достаточно кислорода
- Инфекция мозга, например менингит, энцефалит, нейроцистицеркоз
- Некоторые генетические синдромы
- Опухоль мозга
- Другие!

Рекомендации при эпилепсии



Здоровый сон



Полноценное питание



Активный образ жизни с соблюдением правил безопасности



Оповещение о своей болезни в школе и на работе, ношение специальной карточки, браслета или медальона с информацией о заболевании



Соблюдение правил работы с компьютером



Полноценная жизнь с планированием карьеры и семьи



Первая помощь

- Удостовериться, что человек находится в безопасном месте (не на проезжей части)
- Освободить окружающее пространство от опасных предметов в целях предотвращения травматизации больного эпилепсией
- Заложить голову больного от возможной травмы, при возможности положить что-нибудь мягкое под голову
- Нельзя сдерживать судороги у пациента, не следует разжимать челюсти, пытаться давать выпить воды или лекарственные препараты
- После того, как судорожные движения закончились, повернуть человека на бок
- Проследить, чтобы после окончания приступа человек мог полностью отдохнуть, прийти в себя и успокоиться

1. Эпилепсия в таблицах и схемах (клинические, терапевтические и социальные аспекты): Е.В. Малинина, И.В. Заболотова, Т.Н. Сабина, А.А. Кочина; 2014 2. David J. Thurman et al. Standards for epidemiologic studies and surveillance of epilepsy. *Epilepsia*, 52(Suppl. 7):2–26, 2011
3. Статистические материалы Министерства здравоохранения Российской Федерации, Департамент анализа, прогноза и инновационного развития здравоохранения ФБУ «Центральный научно-исследовательский институт организации и информатизации здравоохранения» Минздрава).
4. Авакин Г.Н. Эпидемиология и оптимизация медикаментозной терапии фокальных эпилепсий. Эпилепсия и пароксизмальные состояния. 2014 г. Спецвыпуск. 5. Dhatoo S.D., Mortality in epilepsy in the first 11 to 14 years after diagnosis: multivariate analysis of a long-term, prospective, population-based cohort. *Ann Neurol*. 2001 Mar;49(3):336–44 6. Alla Guekhi et al. The epidemiology of epilepsy in the Russian Federation. *Epilepsy Research* (2010) 92, 209—218 7. По данным Всемирной организации здравоохранения

Техника безопасности при внезапных приступах

эпилепсии, диабета, астмы, сердечно-сосудистых и других хронических заболеваний



Предупреди о видах деятельности, которые могут быть для тебя опасными.

- Если дыхание после приступа не восстанавливается.
- Если имеются повреждения и раны.
- Если произошел приступ в воде
- Если приступ длится более 5 минут.
- Если после первого приступа сразу возникает повторный приступ.
- Если Вы беременны.
- Если есть сопутствующий диабет или другая серьезная болезнь.

Нужно звонить 103 если:

Сделай свой дом более безопасным

✓ **На кухне**



Не занимайся приготовлением пищи один/одна



Старайся больше пользоваться микроволновой печью при приготовлении пищи



Используй небьющую посуду



Будь внимателен с горячей едой и напитками



Используй душ и спецтабурет, не закрывайся



Положи резиновый коврик в ванной, используй смеситель с термостатом, надувной круг на шею или вынь пробку из ванны



Синдром внезапной смерти случается во сне у 1 из 1000 эпилептиков в год



Распознавай "ауру" перед приступом

Утопление в ванной, водоеме, бассейне, на рыбалке - самая частая причина смерти у человека с эпилепсией. Убить могут даже приступы с частотой 1 раз в месяц или год

✓ **В спальне**



Используй сигнализаторы приступов для оповещения близких или будь с кем-либо в комнате, спи на боку с капоп



Пользуйся низкой кроватью, жесткой подушкой, отодвинь тумбочку и острые предметы



✓ **Дома**



Держи полы свободными от проводов, инструментов и игрушек



Сделай защиту на острые углы столов и другой мебели, экраны на батарее отопления



Не пользуйся кухонными приборами и электроинструментом один

Путешествуй безопасно



Не садись за руль при эпилепсии



Путешествуй с тем, кто знает как тебе помочь



Лекарство в ручную кладь, имей запас лекарств



Плавай в жилете под присмотром



На рыбалку только с другом



Выбери безопасный спорт



Депакин опасен плоду. Побочки на память, вес, реакцию, волосы, стресс



Узнай режим приема лекарства в разных часовых поясах



Носи инфобраслет, ПП инструкцию окружающим при приступе tbz.com



Активируй родным своё место по GPS и датчик падения



Не залезай высоко и не подходи к обрыву и костру



Носи защитный обод для футбола, каскетку, эпилшлем

Твои правила поведения

1

Принимай свои лекарства вовремя, каждый день в назначенное время.

У людей с неконтролируемыми приступами вероятность развития внезапной смерти в 40 раз выше

3

Разработай личный план действий для контроля над приступами и обсуди его со своим доктором, семьей, друзьями, учителями, коллегами.

2

Веди дневник приступов, сохраняй результаты всех анализов, записывай вопросы врачу, предоставь видео приступа врачу.

4

Помни о провоцирующих факторах, которые могут вызвать приступ: недосыпание, алкоголь, табак, стресс, мерцания, сладкое, перегрев, шум

SUDEP INSTITUTE

www.epilepsy.com

перевод и дополнения vk.com/LosevSky

памяти Ани Лосевской

www.cdc.gov/epilepsy

vk.com/epilepsy_group

fb.com/groups/episafemos

