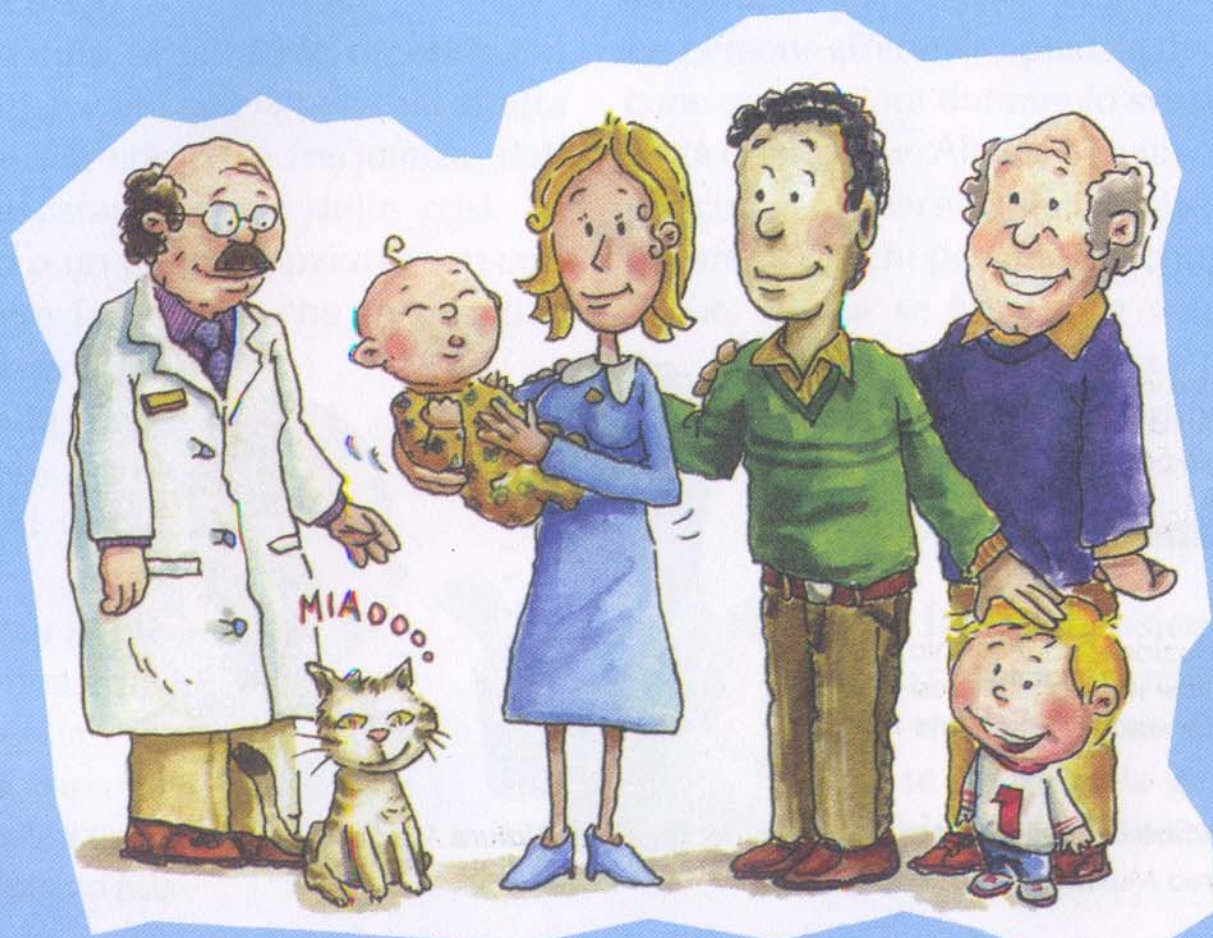


**E
P
I
L
E
S
S
I
A**

**Hai un amico con l'epilessia?
...ecco come puoi aiutarlo!**



Una
guida
per te



SCELTE MEDITATE PER UN SUPPORTO ADEGUATO

Q

uando una persona a voi cara soffre di epilessia, dovete affrontare sfide particolari.

La natura di tali sfide dipende dal tipo di relazione che avete con la persona affetta da epilessia, dalla sua età, dalla frequenza, dall'intensità e dalle caratteristiche delle crisi. Se avete un bambino o un parente anziano con epilessia, potete essere la persona che meglio di ogni altra può intervenire per un buon controllo delle crisi e per risolvere i problemi della vita di tutti i giorni.

Se è il vostro partner a soffrire di epilessia, ben controllata dai farmaci, la vostra principale preoccupazione può essere quella di garantire un sostegno affettivo ade-



guato ed essergli vicino con suggerimenti e consigli.

Per fare ciò è necessario essere informati sui problemi a cui può andare incontro e su come risolverli.

Le persone affette da epilessia devono adottare alcune precauzioni durante lo svolgimento delle attività quotidiane. Alcune attività che non pongono pericoli per le persone senza epilessia, possono implicare dei rischi per chi va incontro a crisi epilettiche. Anche se è naturale voler proteggere al massimo la persona cara affetta da epilessia, è opportuno sottolineare che non tutte le epilessie comportano problemi rilevanti per la propria o altrui sicurezza.

Imparare insieme a prevedere i rischi permette di compiere delle scelte meditate. Importante è aiutare la persona a sentirsi sicura ma nello stesso tempo indipendente.

I quesiti elencati qui di seguito possono aiutare a decidere se una certa attività può essere adatta o meno a una persona cara con epilessia.

- Quali sono le caratteristiche delle crisi?
- Le crisi tendono a manifestarsi in circostanze specifiche?
- E' possibile prevederle?
- Quale importanza ha l'attività per la persona?
- Quali benefici possono derivare dalla partecipazione a tale attività?
- Quali rischi comporta questa attività?
- Esistono modi per ridurre il rischio e per rendere tale attività più sicura?

MISURE DI PRONTO INTERVENTO

Anche quando l'epilessia è ben controllata dalla terapia, dovete essere in grado di prestare assistenza nell'eventualità di una crisi.

E' consigliabile informare le persone che possono venire a contatto con il vostro caro (per esem-

pio insegnanti, babysitter, amici e parenti) come comportarsi quando si manifesta una crisi.

Il pronto intervento in caso di crisi è di solito semplice da attuare. In genere, tutto quello che dovete fare è confortare la persona e rimuovere qualsiasi oggetto potenzialmente pericoloso. In genere non è necessario chiamare il medico o l'ambulanza.

Esistono diverse forme di epilessia.

La forma più conosciuta è la crisi convulsiva o "grande male".

Si manifesta con perdita della coscienza, caduta a terra e comparsa di scosse in tutto il corpo; il battito cardiaco si accelera, la respirazione diventa irregolare, è possibile la perdita di urina e di feci perché la persona perde il controllo sull'attività della vescica e dell'intestino.

10 SUGGERIMENTI IN CASO DI "GRANDE MALE"

1. Aiutate la persona a stendersi e posizionate un

cuscino o un indumento morbido sotto la sua testa.

2. Nell'eventualità, togliete gli occhiali e slacciate il colletto affinché possa respirare meglio.



3. Allontanate qualsiasi oggetto tagliente dall'ambiente circostante.
4. Non introdurre in bocca alcun oggetto. (Non è assolutamente possibile che la persona si soffochi con la propria lingua durante una crisi).
5. Non cercare di ostacolare i movimenti durante la crisi.
6. Quando la crisi è passata, mettete la persona su di un fianco per facilitare l'eventuale fuoriuscita di bava dalla bocca.
7. Se la persona è confusa o spaventata, cercate di tranquillizzarla.

8. Non offrire nulla da bere o da mangiare finché la persona non sia completamente sveglia.



9. Rimanete vicini alla persona finché ha preso completamente coscienza, a questo punto chiedete se ha bisogno di qualcosa.
10. Cercate di coprire con una salvietta eventuali perdite di urina o di feci, successivamente accompagnate la persona alla toilette.

Un'altra forma di epilessia è rappresentata dalle "crisi parziali complesse".

Le crisi parziali complesse rappresentano la forma di epilessia più comune.

evitare l'instaurarsi di un eventuale "Stato di Male" che può durare più di 30/40 minuti.

Se i familiari sono stati istruiti dal neurologo sull'uso di sostanze endorettali che possono bloccare l'episodio, è opportuno che le mettano in atto, mentre risulta inutile somministrare farmaci intramuscolo o per via orale.

Se non si sono ricevute istruzioni particolari su come comportarsi, è necessario che intervenga il medico in breve tempo.

COME EVITARE FERITE E TRAUMI

Molte persone non si fanno alcun male durante una crisi epilettica.

Tuttavia, quando capita di cadere o di svenire durante una crisi, è possibile procurarsi una ferita o un trauma.

Quando le crisi si manifestano



con una perdita del controllo sui movimenti o con un disturbo della coscienza, è consigliabile adottare alcune misure di sicurezza in casa.

11 CONSIGLI PER UNA CASA SENZA PERICOLI

1. Usare il forno a microonde anziché i forni classici per evitare bruciature.
2. Usare un carrello per il trasporto delle pietanze calde.
3. Usare stoviglie infrangibili.
4. Coprire con un tappeto il pavimento del bagno.
5. Installare un campanello d'allarme nella doccia.
6. Abbassare la temperatura del "boiler" per l'acqua calda.
7. Coprire con materiali morbidi la superficie dei rubinetti del lavandino.
8. Non chiudere a chiave la porta del bagno; appendete piuttosto all'esterno della porta un

- cartello con la scritta "Non Disturbare".
9. Posizionare dei pannelli protettivi intorno ai termosifoni.
 10. Portare i vestiti in lavanderia in modo da evitare di stirare.
 11. Evitare di usare coltelli elettrici ed altri apparecchi pericolosi.

ALCUNE INFORMAZIONI E CONSIGLI NELL'ASSISTENZA AL BAMBINO

- Nei bambini l'epilessia è spesso caratterizzata da forme meno apparenti, come per esempio da breve perdita della coscienza e del controllo dei movimenti o da sensazioni particolari che interessano gli organi di senso.



- La diagnosi precoce è cruciale perché bambini nei quali le crisi epilettiche vengono identificate con ritardo, sviluppano spesso forme più severe della malattia e meno controllabili con la terapia.
- E' utile chiedere **sempre al medico informazioni sui possibili effetti collaterali del farmaco**, affinché, qualora si verificassero, sia possibile riconoscerli tempestivamente e riferirli altrettanto tempestivamente al medico.
- Parlare apertamente aiuta il bambino ad accettare il proprio disturbo e a vivere con serenità.
- Quando **si manifestano difficoltà di apprendimento a scuola**, occorre valutare insieme al medico quanto questi problemi siano attribuibili alla frequenza più o meno elevata delle crisi, oppure a un disturbo della vita emotivo-affettiva o ad un disturbo correlato alle medicine.
- L'epilessia **NON** è mai un motivo per evitare lo sport.
- Non è possibile prevenire tutti i traumi nei bambini, indipendentemente dalla presenza di

una forma di epilessia. Cercate di trovare **un giusto equilibrio tra misure di precauzione ed eccessiva protezione.**

QUALCHE INFORMAZIONE PER LA VITA DI COPPIA

- La maggioranza delle persone affette da epilessia hanno un'attività sessuale del tutto sovrapponibile alle persone senza epilessia.
- Molto raramente l'epilessia e i farmaci assunti per trattarla esercitano effetti negativi sulla fertilità.
- Almeno il 90% dei bambini nati da donne con epilessia sono perfettamente sani.
- Nella maggioranza dei casi la gravidanza non presenta rischi particolari e il parto è spontaneo, con un andamento sovrapponibile a quello di tutte le altre donne senza epilessia.
- L'epilessia viene ereditata soltanto in rari casi.
- Le persone affette da epilessia si sentono a volte tristi e ansiose: le cause di tale tristezza ed

ansia possono essere attribuite alla consapevolezza della malattia oppure ad atteggiamenti diversi degli altri nei propri confronti. A volte, anche i farmaci antiepilettici possono causare tale disturbo.

INFORMAZIONI UTILI PER ASSISTERE L'ANZIANO

- Ferite o traumi durante una crisi sono più frequenti nell'anziano rispetto all'adulto, perché con l'avanzare dell'età le ossa diventano più fragili.
- Quando l'anziano soffre di diverse malattie ed a causa di ciò è curato da più di un medico, è importante che ognuno venga informato di tutte le medicine assunte.





- In genere, l'anziano, rispetto al giovane, è più sensibile agli effetti collaterali dei farmaci.
- E' consigliabile che l'anziano tenga un diario delle medicine assunte.
- Quando vi accorgete che l'anziano con epilessia ha difficoltà a badare a se stesso e a stare con gli altri, è opportuno che ne parli apertamente e in modo chiaro con il suo neurologo.

Il medico potrà dare informazioni preziose sui servizi che si propongono di aiutare l'anziano nella cura personale, nella gestione della casa e nel recupero dei rapporti con gli altri.

INFINE, 2 CONSIGLI PER TUTTI

- **Non deve essere mai sospesa né può essere modificata la terapia prescritta senza il parere del neurologo.**
- **Ricordate che familiari ed amici sono un'importante risorsa terapeutica per la persona che soffre di epilessia.**

