

Pirmoji pagalba ištikus epilepsijos priepuoliui

Epilepsija kaip liga žinoma nuo gilios senovės. Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras primena, kad tai sunkus neurologinis susirgimas, pakeičiantis žmogaus gyvenimą, kadangi priepuoliai gali kilti bet kuriuo metu ir esant bet kurioje vietoje. Tai gana dažna liga, kuria žmogus gali susirgti nepriklausomai nuo amžiaus, lyties. Beveik 1 % Lietuvos gyventojų serga šia liga.

Epilepsija - tai būklė, kuriai būdingi pasikartojantys priepuoliai, susiję su centrine nervų sistema. Epilepsijos priepuolis pasireiškia staigiu, savaiminiu sąmonės, motorikos, elgesio, emocijų, jutimo sutrikimu, nulemtu stiprios galvos smegenų žievės neuronų elektrinės iškrovos.

Traukuliai ir sąmonės netekimas rodo, kad žmogus serga pavojinga liga. Priepuolio metu žmogus gali stipriai susižeisti. Dėl stiprių traukulių gali plyšti raumenys, sausgyslės. Užsitęsęs traukulių priepuoliui, pabrinksta galvos smegenys, pažeidžiami gyvybiniai centrai, žmogus gali mirti.

Epilepsinė būklė - tokia būklė, kai epilepsijos priepuolis užsitęsia, ar tarp dviejų ar daugiau priepuolių negrįžta sąmonė. Tokia būklė trunka ilgiau kaip 30 minučių. Ji pavojinga gyvybei.

Epilepsija pasireiškia kaip smegenų pažeidimų pasekmė, pavyzdžiui, po galvos traumų, dėl auglių, randų, susidariusių smegenyse po insulto, esant deguonies trūkumui, gimdymo arba nėštumo metu. Ją lemia aplinkos ir genetiniai veiksniai bei kitos neaiškios priežastys. Febriliniai traukuliai gali ištikti kūdikį, kuris stipriai karščiuoja.

Traukuliai gali būti didieji (išplitę visame kūne) ir mažieji (dažnai vienoje kūno vietoje ir sunkiau pastebimi).

Traukulių simptomai priklauso nuo to, iš kurios galvos smegenų žievės srities jie kyla. Traukuliai gali pasireikšti kūno dalių įsitempimu arba trūkčiojimu. Prasidėję veide, vienoje rankoje ar kojoje arba tos pačios pusės abiejose galūnėse, traukuliai gali išplisti į kitas kūno dalis. Traukulių metu žmogus netenka sąmonės, visas kūnas įsitempia, po to pradeda trūkčioti, vėliau atsipalaiduoja. Įsitempimo metu neretai sukandamas liežuvis. Jei priepuolis ištinka stovint ar sėdintį žmogus griūva ir gali stipriai susižaloti. Priepuolių trukmė labai įvairi. Smegenų veiklos sutrikimas po priepuolio palapsniui praeina ir smegenų veikla vėl tampa normali. Epilepsijos priepuoliai labai iškankina ligonį, todėl jam reikia suteikti ramybę ir leisti gerai išsimiegoti.

Kaip atpažinti?

Epilepsijos priepuolio požymiai dažniausiai atsiranda tokia seka:

- staigus riktelėjimas, sustingimas;
- sąmonės sutrikimas;
- akių žvilgsnis į viršų;
- galva atsilošia atgal, liemuo išsiriečia lanku;
- ritmiški raumenų traukuliai;
- putos iš burnos;
- veido pamėlynavimas;
- garsus kvėpavimas;
- vyzdžių išsiplėtimas;
- nevalingas šlapinimasis, tuštinimasis;
- miegas.

Mažųjų traukulių požymiai: kelias ar keliolika minučių žmogus nereaguoja į aplinką, nežymiai trūkčioja veidas, lūpos, vokai, nevalingai kramtoma, čepsima, pasibaigus traukuliams, jų neprisimenama.

Kaip padėti ligoniui?

- Apsaugoti ligonį, kad nesusižeistų.
- Nuraminti pasibaigus priepuoliui.

Pirmosios pagalbos veiksmai priepuolio metu

- Pasistenkite krentantį žmogų prilaikyti, patraukite visus pavojingus daiktus, kad nesusižalotų.
- Prisiminkite traukulių pradžios laiką.
- Pasistenkite prilaikyti nukentėjusiojo galvą. Po galva padėkite minkštą daiktą. Tarp dantų nedėkite jokių kietų daiktų.
- Saugokite, kad neužspringtų.
- Atlaisvinkite drabužius.
- Neslopinkite traukulių fizine jėga.
- Priepuolio metu nieko neduokite gerti.
- Nevežkite į ligoninę priepuolio metu.
- Pasibaigus traukuliams, atverkite kvėpavimo takus ir patikrinkite kvėpavimą. Jei ligonis kvėpuoja, paguldykite į stabilią šoninę padėtį ir stebėkite gyvybines funkcijas: sąmonę, kvėpavimą, pulsą.
- Jei ištinka mažieji traukuliai, padėkite žmogui ramiai atsisėsti, patraukite visus pavojingus aplink esančius daiktus, ramiai kalbinkite ir likite su juo, kol būklė taps visiškai normali.

Skubiai kvieskite pagalbą tel. 112 šiais atvejais:

- Traukuliai kartojasi arba tai atsitiko pirmą kartą gyvenime.
- Traukuliai trunka ilgiau nei 5 minutes.
- Nežinoma traukulių priežastis.
- Traukuliai ištiko nėščią moterį ar kūdikį.
- Traukuliai ištiko cukriniu diabetu sergantį žmogų.
- Po traukulių žmogus neatgauna sąmonės.

Patarimai sergantiems epilepsija

- Nevartokite alkoholio.
- Venkite nuovargio, mirgančios šviesos, nes tai didina priepuolių tikimybę.
- Saugokitės infekcijų, peršalimo ligų.
- Reguliariai maitinkitės, judėkite.
- Reguliariai vartokite gydytojo paskirtus vaistus. Nenutraukite gydymo, net jei priepuoliai nebesikartoja.
- Išmokite atpažinti artėjantį priepuolį . Tik pajutę silpnumą išpėkite aplinkinius, atsisėskite kad ir ant žemės.

Parengė Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokyklos Sveikatos mokymo skyriaus sveikatos edukologė Vida Dubinskiene