

O que fazer perante uma crise convulsiva?



Mantenha-se calmo e acalme quem assiste à crise.



Coloque a pessoa de lado com a cabeça baixa, de modo a que a saliva possa escorrer para fora da boca.



Desaperte a roupa à volta do pescoço.



ponha qualquer coisa macia debaixo da cabeça, ou ampare esta com a sua mão, impedindo-a de bater no chão ou contra objectos.



Permaneça junto da pessoa até que volte a respirar calmamente e comece a acordar.



Ofereça-se para ajudar no regresso a casa ou chamar alguém da família.

O que não se deve fazer

Não meta na boca da pessoa (nem colher, nem objecto de madeira, nem lenço, nem dedos). Não puxar a língua.



Não a tente acordar, não a force a levantar-se



Não lhe dê de beber.



Viver com epilepsia,

- ✚ Epilepsia é a doença cerebral mais comum, atingindo todas as idades, raças, camadas sociais e nacionalidades.
- ✚ Em Portugal há 40 a 70 mil pessoas com epilepsia.
- ✚ A epilepsia pode ser causada por várias afecções cerebrais, incluindo traumatismos, infecções, acidentes vasculares.
- ✚ A epilepsia não é contagiosa, não é causada por forças sobrenaturais, não é um castigo, não é perigosa para as outras pessoas.
- ✚ No intervalo entre as crises as pessoas com epilepsia são iguais às outras.
- ✚ 75% das epilepsias tratam-se com medicamentos.
- ✚ A ignorância leva frequentemente à discriminação de pessoas com epilepsia pela família, escola, empregadores e pela própria comunidade.

Nem sempre é fácil.