

# Kako pomoći osobi koja ima napadaj?

## **Ne dozvolite da vas uhvati panika!**

Veliki napadaji uvijek su dramatični, no važno je da se baš u tim situacijama sačuva prisebnost i da se učini sve ono što je potrebno da se na najbolji mogući način pomogne osobi koja ima napadaj.

## **Ako napadaj traje duže od 5 minuta obvezatno pozvati hitnu pomoć!**

Čim napadaj započne potrebno je pogledati na sat i mjeriti njegovo trajanje. Većina napadaja završi za 2-3 minute i tada nije uvijek potrebno odmah zvati liječnika. No ako se radi o dužem trajanju napadaja, nužna je hitna liječnička intervencija. Bez točnog gledanja na sat vrlo je teško procijeniti dužinu trajanja napadaja jer u tim situacijama «vrijeme ide sporije».

## **Spriječite tjelesne ozljede, osobito glave!**

To se najbolje može postići tako da se pod glavu stavi jastuk. No ako to nije moguće, pod glavu se može staviti bilo kakav mekan predmet, kao npr. neki smotani dio odjeće.

## **Osobu koja ima napadaj postavite u bočni položaj!**

Ako se radi o snažnim mišićnim kontrakcijama to neće uvijek biti lako. No položaj na boku povoljniji je od položaja na leđima jer se u tom položaju bolje može održati prohodnost dišnih putova.

## **Ne pokušavajte stavljati predmete između zubi!**

Pogrešno je vjerovanje da se stavljanjem predmeta u usta može spriječiti ozljeda jezika. Iskustvo pokazuje da takvi pokušaji mogu dovesti do dodatnih ozljeda jezika, zubi ili obraza.

## **Ne pokušavajte napadaj prekinuti sputavanjem mišićnih kontrakcija!**

Na taj način napadaj nije moguće prekinuti, a u slučaju neopreznosti može doći i do dodatnih ozljeda.

## **Dobro je da su u blizini samo osobe koje pružaju pomoć!**

Ako do napadaja dođe u nekom javnom prostoru gdje ima više ljudi, objasnite im da se radi o epileptičkom napadaju koji će ubrzo proći i zamolite ih da ne budu u neposrednoj blizini. Za osobu koja dolazi k svijesti nakon napadaja zbunjujuće je ako oko sebi vidi mnogo nepoznatih lica.

## **Za vrijeme i nakon napadaja neka vaše djelovanje i način govora budu takvi da djeluju umirujuće!**

To je osobito važno za osobu nakon što je napadaj prestao i kada postupno dolazi k svijesti prolazeći kroz fazu dezorijentacije i zbunjenosti.

# PRVA POMOĆ KOD EPILEPTIČNOG NAPADAJA



podmetni nešto pod glavu



oslobodi dio oko vrata



okreni na bok



ne stavljaš ništa u usta



pronađi osobne podatke



pruži pomoć odmah



kada napad završi...



...pruži pomoć i podršku