



## Jak radzić sobie z padaczką

**Padaczka jest najczęstszą chorobą neurologiczną wieku dziecięcego. Czy wiesz, jak pomóc komuś w razie ataku?**

U 75 proc. chorych na padaczkę pierwsze objawy pojawiają się przed 19. rokiem życia. Nie wiadomo dokładnie, jakie są przyczyny tej choroby ani jak jej zapobiegać. Jednak nie jesteśmy bezradni, odpowiednio dobrane leki, unikanie bodźców wywołujących ataki, a nawet odpowiednia dieta pomagają w opanowaniu choroby.

[Dowiedz się więcej na temat przyczyn, rodzajów i sposobów leczenia padaczki](#)

Jak się zachować, jeśli ktoś ma atak:

- nie próbuj powstrzymywać ani unieruchamiać
- nie ruszaj chorego, chyba że znajduje się w niebezpiecznej pozycji, która może spowodować obrażenia
- usuń z zasięgu wszystko, co może spowodować obrażenia
- nie wkładaj niczego do ust tej osoby
- rozwiąż krawat lub poluzuj kołnierz
- po zakończeniu napadu umieść pod głowę poduszkę lub złożoną odzież i delikatnie przewróć chorego na bok (aby oczyścić drogi oddechowe i przyspieszyć przepływ śliny). Upewnij się, że łatwo oddycha
- pozwól choremu odpocząć
- wezwij pomoc, jeśli:
  - atak trwa dłużej niż 5 minut: przedłużone ataki mogą być śmiertelne
  - nowy kryzys pojawi się natychmiast po pierwszym
  - utrata przytomności utrzymuje się kilka minut po zakończeniu ataku
  - oddech lub stan świadomości nie powracają
  - osoba ma wysoką gorączkę
  - chory czuje się wyczerpany
  - kobieta jest w ciąży
  - chory ma cukrzycę
  - chory się skaleczył
  - to pierwszy atak u tej osoby.