

Как хранить противосудорожные лекарства



Таблетки

храните при комнатной температуре вдали от влаги и света



Жидкие лекарства

храните в оригинальной упаковке при комнатной температуре и избегайте замораживания

Если вы принимаете жидкую форму лекарства, спросите своего врача, как его следует хранить: возможно, его надо хранить в холодильнике.

Судороги и беременность



Если вы забеременели и принимаете противосудорожные препараты, *постарайтесь обратиться за медицинской помощью*, поскольку некоторые лекарства могут оказывать воздействие на развивающийся плод, и их прием следует обсуждать в каждом конкретном случае с врачом.

Диетическое лечение

- Если вы на кетогенной диете, старайтесь придерживаться диеты с высоким содержанием жиров и низким содержанием углеводов и пейте достаточное количество жидкости.
- Если возможно, следите за кетонами и сахаром в крови.
- Если у вас высокий уровень кетонов ИЛИ низкий уровень сахара в крови (<2,5 ммоль/л) ИЛИ плохое самочувствие, выпейте сока:
 - пограничный уровень: 7 мл апельсинового сока / 5 мл яблочного сока;
 - очень высокий (темно-фиолетовая тест-полоска на кетоны до 15 секунд / тест-полоска на несколько показателей - 40 секунд): 15 мл апельсинового сока / 10 мл яблочного сока)
- При рвоте, примите ½ дозы регидратационного раствора (напр., регидгона), если это возможно.

Если вы идете в больницу, расскажите, что вы на кетогенной диете (не вводить растворы глюкозы внутривенно)!

Контакты в Украине

Владимир Харитонов +380679904374
Яна Мартыненко +380956292682
Ольга Тычковская +380670065485

(доступны в Viber)

Контакты за границей

Список европейских
центров эпилепсии:
[https://epi-care.eu/
ern-epicare-centres/](https://epi-care.eu/ern-epicare-centres/)

ukraine.epilepsies@epi-care.eu



Советы людям с эпилепсией и судорогами в кризисных ситуациях

Что делать, если вам нужно покинуть свой дом?



Подумайте об изготовлении/ношении медицинского браслета или карточки пациента с эпилепсией.

- Если у вас нет такой карточки, вы можете написать ее от руки
- Включите в нее диагноз эпилепсии/судорожного расстройства, а также название и дозу лекарств(а)
- Держите её вместе с удостоверением личности.



Имейте при себе:

- Список ваших лекарств с их дозами
- План купирования приступов и/или лекарства от приступов, если таковые имеются
- Имя и контактный номер вашего врача/клиники



Возьмите с собой как можно больше своих противосудорожных лекарств.

Если вы пропустили прием лекарства

Если вы принимаете лекарство раз в день

- Примите таблетку(и), как только вспомните.
- Если вы вспомнили о пропущенной дозе на следующий день, просто примите обычную дозу.
- Не удваивайте дозу лекарства, если это не предписано врачом.

Если вы принимаете лекарства несколько раз в день

- Примите пропущенную дозу, как только вспомните.
- Разбейте оставшуюся часть суточной дозы так, чтобы принять все лекарства в этот же день.
- Если в этот день у вас было больше приступов, позвоните своему врачу. Он может попросить вас принять две дозы с более коротким промежутком.

Если у человека рядом случился судорожный припадок

- 1 Оставайтесь с ним, пока у него не закончится припадок и пока он полностью не очнется.
- 2 Опустите человека на пол и переверните его на бок, если он не в сознании (это поможет ему дышать).
- 3 Очистите пространство вокруг от всего твердого или острого (это предотвратит травмы).
- 4 Убедитесь, что его рот чист и открыт (не кладите в рот какие-либо предметы или пальцы).
- 5 Ослабьте тесную одежду вокруг шеи, снимите очки.
- 6 Подложите под голову что-нибудь мягкое (например, сложенную куртку).
- 7 Если припадок длится более 5 минут, введите противосудорожное лекарство, если оно доступно, или позвоните по номеру 103 (см. инструкции ниже).
- 8 После окончания припадка помогите человеку сесть в безопасное место. Как только он придет в себя и сможет общаться, расскажите ему, что произошло, очень простыми словами.
- 9 Успокойте его и говорите спокойно.
- 10 Проверьте, носит ли человек медицинский браслет или есть ли у него какая-либо другая экстренная информация.
- 11 Будьте спокойны и успокаивайте других.

Никогда не делайте ничего из следующего во время припадка:

- ! Не удерживайте человека и не пытайтесь остановить его движения.
- ! Ничего не кладите человеку в рот!
 - Это может повредить зубы или челюсть.
 - Человек в припадке *не может проглотить свой язык*.
 - Обычно после припадка люди снова начинают дышать самостоятельно.
- ! Не предлагайте человеку воду или еду, пока он не придет в себя.

Алгоритм купирования припадка

Если припадок длится более 5 минут, или если у человека случился новый припадок вскоре после первого:



По возможности, звоните по номеру 103, особенно в следующих ситуациях:

- Приступ длится > 5 минут
- Человек не возвращается в обычное состояние
- Человек травмирован или болен, беременная женщина
- Повторные припадки (если не характерны для человека)
- Первый в жизни припадок
- Затрудненное дыхание
- Припадок возник в воде



Следуйте индивидуальному плану купирования приступа, если он есть

Внимание! Вы можете ввести только **ОДИН** из препаратов

Диазепам			Лоразепам
2-5 лет	6-11 лет	12+ лет	любой возраст
0.5мг/кг (макс.доза 20 мг)	0.3мг/кг (макс.доза 20 мг)	0.2мг/кг (макс.доза 20 мг)	0.1мг/кг (макс.доза 4 мг)

Покрывтие бензодиазепинами (мостик)

Если ваши лекарства недоступны и не будут доступны в обозримом будущем, вы можете временно их заменить:

Для детей: лоразепам 0,1 мг/кг/сутки, разделенный на три приема в день (или эквивалент). Например, ребенок весом 15 кг будет принимать 0,5 мг три раза в день)

Для взрослых: лоразепам 1 мг три раза в день (или эквивалент)

Конверсия бензодиазепинов

Диазепам	10 мг
Лоразепам	1 мг
Альпразолам	0.5 мг
Клобазам	20 мг
Клоназепам	0.5 мг