Erste Hilfe Massnahmen bei epileptischen Anfällen[[1]](#footnote-1)

 Es nicht nötig bei jedem Anfall einen Notarzt zu rufen. Der Patient weiss am besten was zu tun ist und du solltest seine Wünsche respektieren, falls diese dir bekannt sind.

[[2]](#footnote-2)Bei grossen Anfällen unbekannter Personen, bzw. Herkunft, macht es Sinn, immer 144 anrufen, dieser kann den Anfall am besten zuordnen und behandeln.

**Grand mal**

Ist der Patient Ihnen als Epileptiker bekannt und hat er sich beim Sturz nicht verletzt, kannst du erst einmal abwarten, in den meisten Fällen endet der Anfall nach ca. zwei – drei Minuten. Falls bekannt, verabreiche ihm die ihm verordneten Medikamente. Endet der Anfall nicht, hat der Patient sich verletzt oder hat er keine bekannte Epilepsie, solltest du folgendes tun.

* Bewahre unbedingt Ruhe
* Sprich den Passanten an versprich, das du ihm helfen wirst und schicken die Gaffer weg.
* Räume gefährliche Gegenstände aus dem Weg, an denen der Patient sich verletzen könnte.
* Lege ein Kissen, eine Jacke o.ä. unter den Kopf des Betroffenen.
* Wenn möglich, schaue auf die Uhr und beobachten den Anfallsverlauf und die Symptome (das kann für den behandelnden Arzt sehr nützlich sein)
* Lockere einen engen Kragen oder Schal
* Nach dem Anfall kann es sinnvoll sein den Betroffenen in die stabile Seitenlage zu drehen und/oder ihn ausruhen zu lassen.

Normalerweise ist der Epilepsiepatient nur etwas bis 10 Minuten nach dem Anfall leicht verwirrt. Bleibe bitte solange bei ihm. Hält die Verwirrung weiterhin an, nimm mit 144 Kontakt auf.

Was du auf **keinen Fall tun solltest:**

* Den Patienten fest halten
* Etwas zwischen die Zähne schieben

**Absencen / Petit mal (kurze Abwesenheit)**

Wenn du einen solchen Zustand bei Jemandem bemerkst, ist es sinnvoll einige Dinge zu beobachten. **Ein Notruf ist nicht nötig**!

* Schaue auf die Uhr und notiere die Dauer [[3]](#footnote-3)
* Beobachte den Patienten und sprich leise und beruhigend mit ihm
* Warte den Anfall in Ruhe ab und lasse den Patienten währenddessen in Ruhe (das leise und ruhige sprechen stört ihn nicht)

Wenn du den Verlauf notiert hast, hat der Patient wertvolle Anhaltspunkte für die Behandlung seines Arztes.

**Komplex fokale Anfälle (verschiedenste Erscheinungsformen mit Bewusstseinsverlust, oder um Dämmerung)**

Wie der Namen schon vermuten lässt, sind diese Anfälle sehr unterschiedlich.

Manche Patienten krampfen und sind bei eingeschränktem Bewusstsein (dann ist der Notfallplan des Grand mals auf jeden Fall in Ordnung).

Andere verhalten sich seltsam, laufen auf die Strasse oder tun Dinge die sich ihrer Kontrolle entziehen. In diesem Fall versuche bitte die Person sanft aus der Gefahrenzone zu bringen oder auch dich selbst, falls die Person unbewusst "handgreiflich" werden sollte.

* in allen Fällen ist auch hier Ruhe wichtig
* versuche, falls erforderlich, die Lage sanft zu entschärfen- siehe oben
* beobachte Zeit und Verlauf
* **bei unbekannter Epilepsie, oder längerer Dauer - Notruf 144**

Auch wenn der Krampfende bewusstlos erscheint, wird der Patient alles mit bekommen. Überlege also was du sagst oder tust! Liebevolle Worte sind für den Epileptiker sehr hilfreich.

**Einfach fokale Anfälle (z.B. krampfen eines Körperteils)**

Da hier der Patient bei vollem Bewusstsein ist, überlasse bitte auch dem Patienten die Entscheidungen was mit ihm passieren soll.

Was du tun kannst:

* bleibe ganz normal und scheuchen die Gaffer weg. Bewohner und Mitarbeiter mit einbeziehen.
* halte den Kampfenden nicht fest (z.B. die zitternde Hand)
* schaue auf die Uhr und kontrolliere ob sich der Zustand des Patienten verändert. Fokale Anfälle können auch generalisieren, d.h. der Anfall breitet sich zu einem Grand mal (siehe oben) aus. Dann ist die erste Hilfe des Grand mals angezeigt.
* Ansonsten ist dies kein Notfall und schnell vorüber

**Generell gilt:**

Behalte die Nerven und die Gelegenheit! Jede Beobachtung ist für den Arzt oder 144 eine sehr wertvolle Hilfestellung um die Diagnose zu sichern oder eine Behandlung zu verbessern. Notiere, wenn möglich:

* Dauer des Anfalls
* Verlauf des Anfalls
* Augen offen oder geschlossen
* Plötzlicher Beginn/Ende?
* Bewusstlosigkeit, um dämmert oder voll orientiert?
* Gab es einen offenkundlichen Auslöser?

[[4]](#footnote-4)

1. http://anfaelle.jimdo.com/erste-hilfe/ [↑](#footnote-ref-1)
2. https://gesund.co.at/krankheitslexikon-epilepsie-10287/ [↑](#footnote-ref-2)
3. [↑](#footnote-ref-3)
4. http://www.epilepsie-saw.de/erstehilfe.htm [↑](#footnote-ref-4)