



**Tenho
Epilepsia**

TENHO EPILEPSIA

COMO LIDAR COMIGO SE EU TIVER UMA CRISE

A maior parte das crises surge sem aviso, dura pouco tempo e para sem qualquer tratamento. A maioria dos doentes não corre perigo por causa de uma crise.

Há muitas formas diferentes de crises, perante as quais a maioria das vezes, só temos de esperar que passe.

AUSÊNCIA

o indivíduo tem perda momentânea de consciência e parece que "está a sonhar acordado".

Se eu me afligir tranquilize-me.

CRISE PARCIAL COMPLEXA

o indivíduo perde o contacto com o ambiente embora não caia. Por vezes existem movimentos de mastigação, movimentos dos lábios, gestos repetidos com as mãos como se estivesse a arrancar a roupa.

***Não me restrinja os movimentos.
Se eu correr perigo por favor
guie-me para longe dele.***

SE A CRISE FOR GENERALIZADA

com queda e movimentos convulsivos

- ***não se aflija***
- ***suporte a cabeça com as mãos e os braços se não tiver nada mais à mão***
- ***se possível volte-me de lado***

mantenha-se ao pé de mim até que recupere a consciência por completo

NUNCA me ponha nada na boca

NUNCA me impeça os movimentos nem me mude de sítio (a menos que corra perigo).

SE

- ***a crise durar mais de 5 mns***
- ***as crises não pararem***
- ***houver dificuldade em respirar***
- ***ou me magoar***

***CHAME A AMBULÂNCIA :
telefone nº112***

CONTACTO DE FAMILIAR OU AMIGO

Nome _____

Telefone _____

As minhas crises são geralmente (tipo)

*e duram _____ (minutos). Depois de
passar a crise levo cerca de _____ minutos
a recuperar*

A minha medicação é

O meu médico é Dr. _____

e trabalha em _____

O telefone é _____

**Tenho
Epilepsia**

A thick, yellow, hand-drawn brushstroke underline that starts under the 'E' of 'Epilepsia' and extends to the right, ending under the 'a'.