

drugi poniedziałek lutego  
**Międzynarodowy  
Dzień Epilepsji**



# Międzynarodowy Dzień Epilepsji

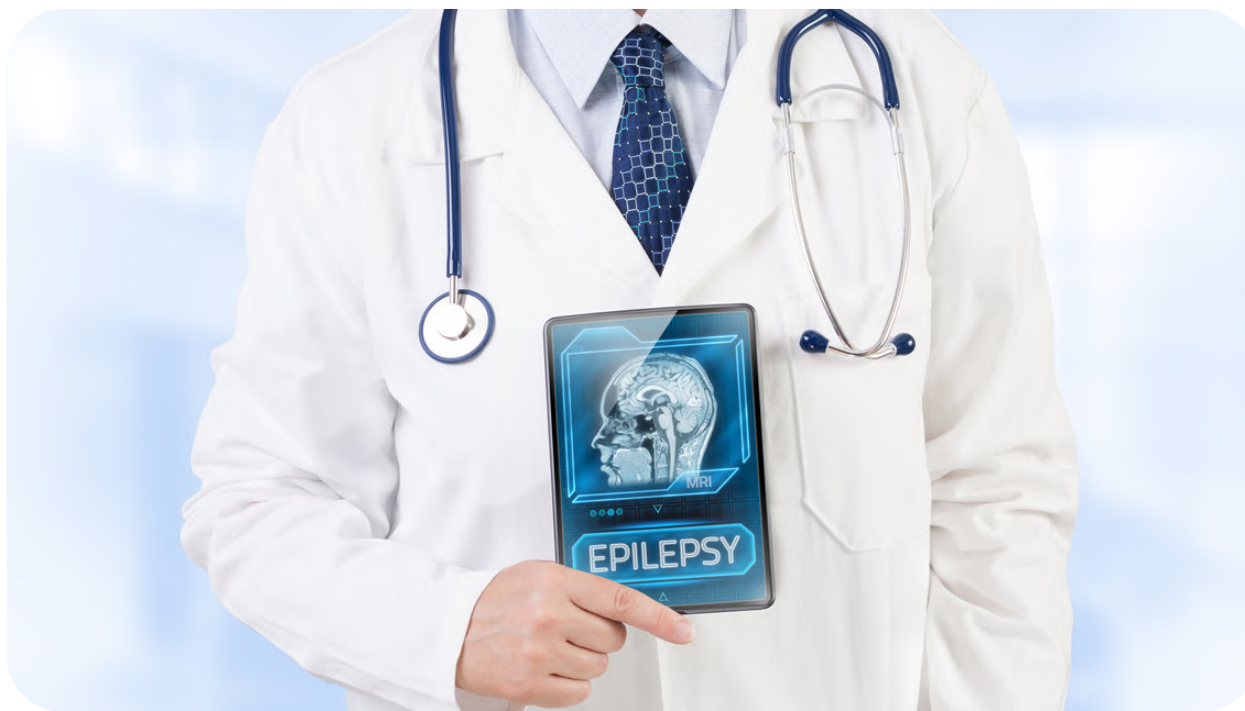


Międzynarodowy Dzień Epilepsji obchodzimy corocznie w drugi poniedziałek lutego. Dzień ten ma na celu zwiększenie świadomości społeczeństwa o epilepsji i rozwianie wielu mitów związanych z tą chorobą.

W ciągu roku obchodzimy dwa wydarzenia dotyczące epilepsji. Światowy Dzień Epilepsji świętowany jest 26 marca i nazywany jest „fioletowym dniem” - w ramach okazania wsparcia niektórzy zakładają fioletowe ubrania.

# Czym jest epilepsja?

Epilepsja nazywana jest potocznie padaczką. To choroba neurologiczna objawiająca się atakami, w których chory doświadcza czasami utraty świadomości, drgawek i wstrząsów.

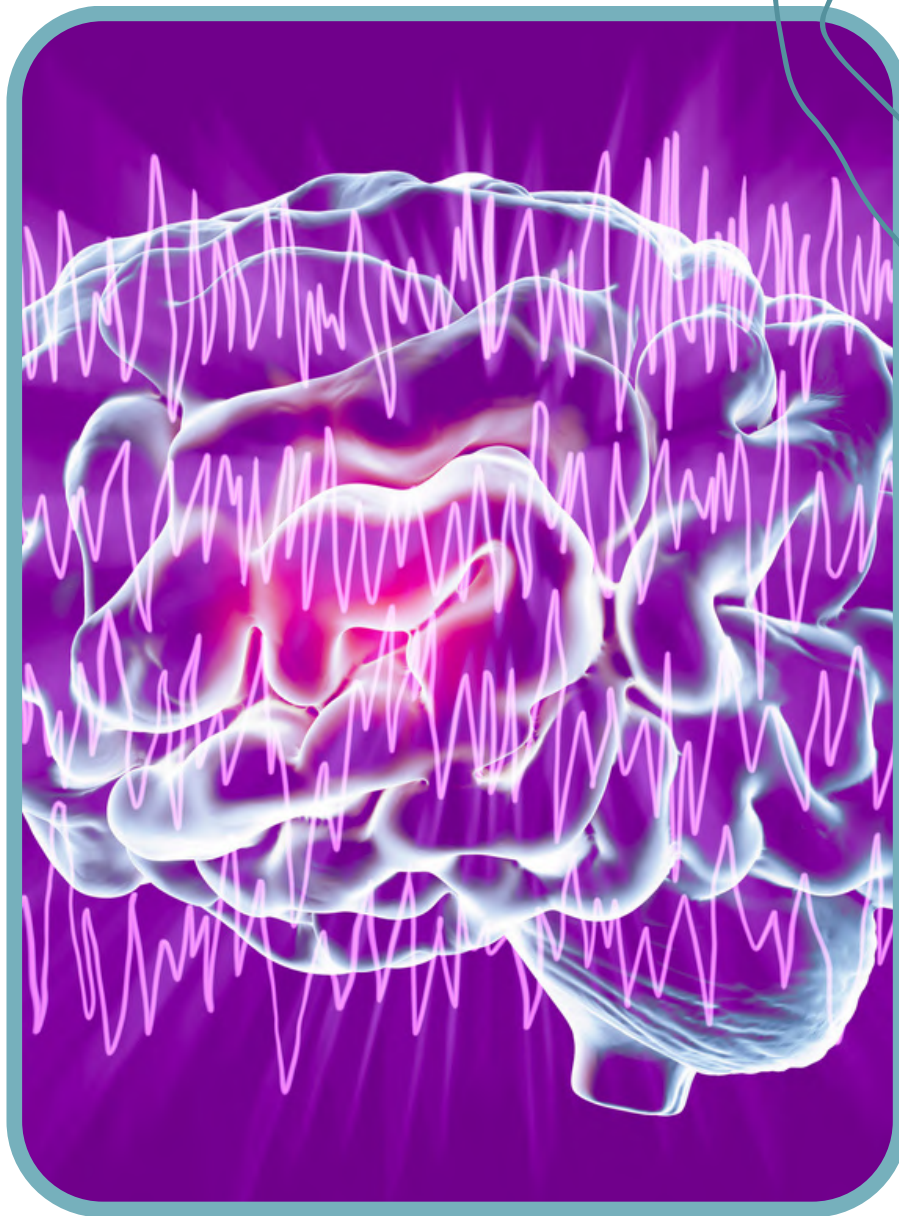


Szacuje się, że na epilepsję choruje ponad 50 milionów osób, a w samej Polsce zdiagnozowanych jest około pół miliona osób.

# Podłoże choroby

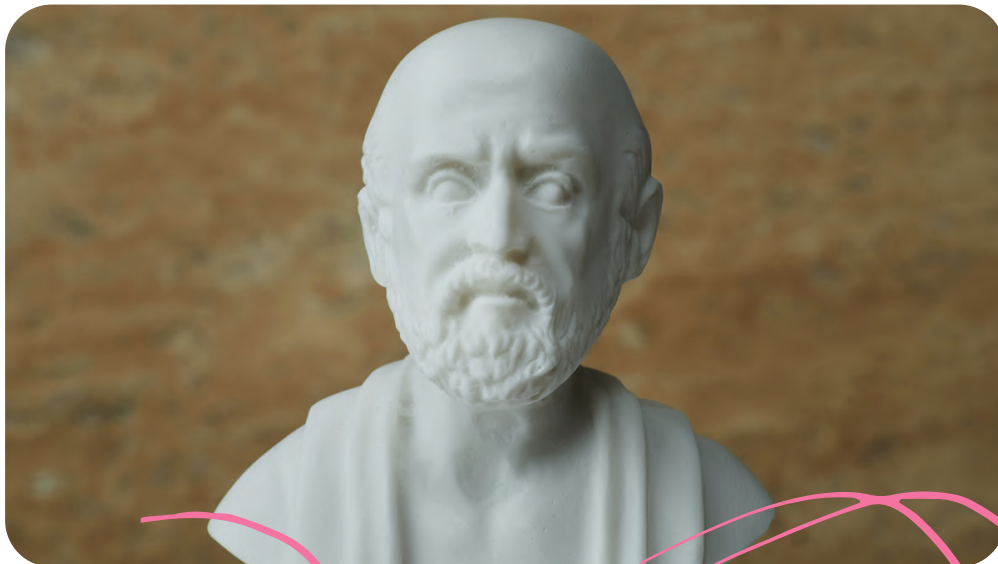
Epilepsja to termin określający zaburzenie pracy mózgu - lecz istnieje wiele różnych jej typów i różne rodzaje napadów.

Epilepsja jest chorobą złożoną - u każdej osoby może przebiegać w inny sposób. Jest ona spowodowana zaburzeniem funkcjonowaniem komórek nerwowych kory mózgowej. Niewłaściwe funkcjonowanie komórek nerwowych mózgu objawia się krótkim atakiem - mogącym powodować silne drgania ciała i często utratę świadomości.



# Najstarsza choroba

Epilepsja jest jedną z najwcześniej opisanych chorób - pierwsze wzmianki o niej pojawiły się już ponad 4000 lat temu! Początkowo, chorobie przypisywano podłoże duchowe - przyczyną miały być złe duchy, brak wiary lub opętanie przez złego boga.



W Grecji uważano, że epilepsja dotyka tylko uczonych, wybrańców bogów i tych, co bogów rozzłościли. Dopiero w V wieku p.n.e. Hipokrates uznał ją za chorobę ciała, wywodzącą się z nieprawidłowego działania mózgu.

# Kto jest narażony?

Na epilepsję może chorować każdy człowiek, bez względu na wiek, płeć czy pochodzenie. Nie ma jednej określonej przyczyny wywołującej epilepsję. Może mieć podłoże genetyczne lub zostać spowodowana urazem głowy. Epilepsję może także wywołać infekcja mózgu lub nieprawidłowy jego rozwój.



Epilepsja nie jest chorobą umysłową! Jest to mit, który niekiedy powoduje niechęć chorych do szukania pomocy. Obawiają się oni łatki osoby chorej psychicznie.

# Napady padaczkowe

Istnieją różne rodzaje napadów padaczkowych, od krótkich skurczów mięśni i trudności w skupieniu uwagi, po poważne i długotrwałe drgawki.

## NAPADY MOŻNA PODZIELIĆ NA DWIE GŁÓWNE KATEGORIE

### NAPADY CZĘŚCIOWE

Nazywane są także atakami „ogniskowymi”, ponieważ obejmują jedną część mózgu. Dotyczą zwykle jednej grupy mięśni i sprawiają, że osoba chora wykonuje automatyzmy - np. mimowolnie zaczyna przełykać ślinę.

### NAPADY UOGÓLNIONE

Napady dotyczące całego ciała. Najbardziej charakterystyczne dla epilepsji są drgawki toniczno-kloniczne, podczas których osoba chora sztywnieje, a następnie doznaje silnych skurczów mięśni i utraty świadomości.

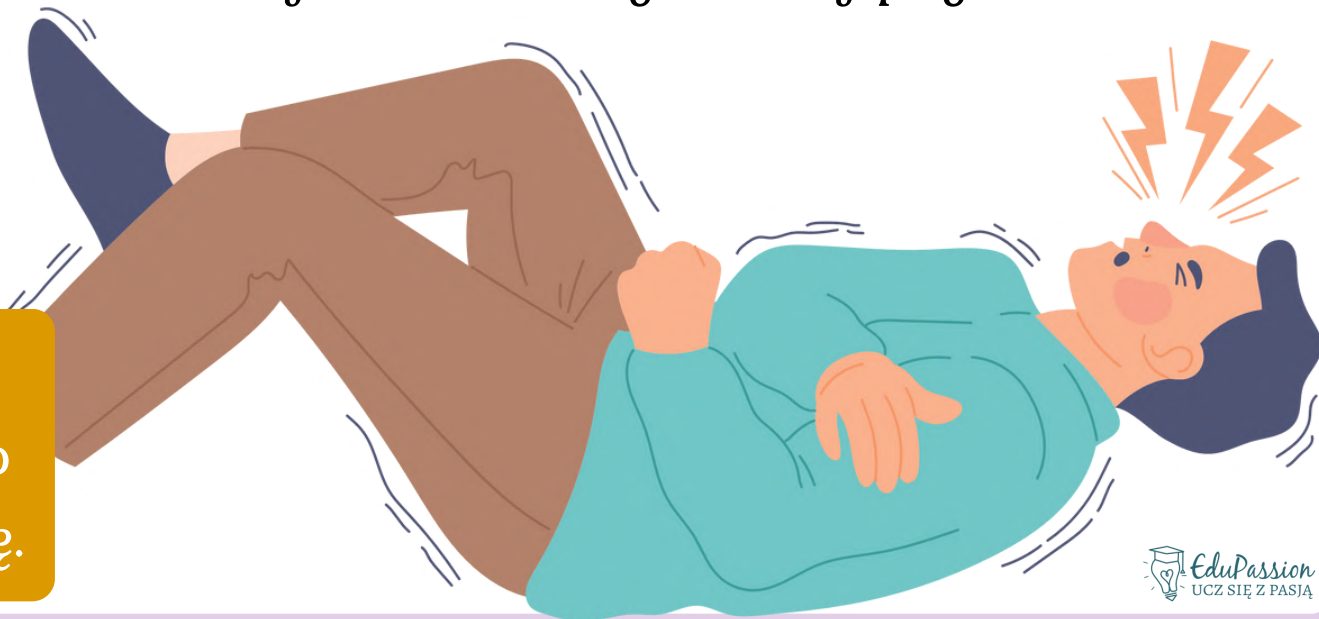
# Pierwsza pomoc przy ataku padaczki

Przy wystąpieniu u chorego ataku uogólnionego ważna jest szybka reakcja innych osób. Należy zadbać w szczególności o bezpieczeństwo własne i osoby chorej.

W przypadku wystąpienia ataku epilepsji:

1. połóż osobę chorą na podłodze;
2. delikatnie przytrzymaj głowę chorego i podłóż pod nią coś miękkiego (np. koc, bluzę);
3. w przypadku, kiedy napad trwa dłużej niż 3 minuty, wezwij pogotowie ratunkowe.

Nie wkładaj żadnych przedmiotów do ust chorego - może to pogorszyć sytuację.





# Nie zawsze świadomy

Osoba doświadczyć ataku epilepsji nie zawsze jest jej świadoma - niekiedy, po ustaniu ataku, nie pamiętają ostatnich kilku minut.

Zapamiętaj!

- Napad padaczkowy nie zawsze polega na skurczach mięśni!
- Jeżeli jesteś świadkiem ataku, upewnij się, że nic nie zagraża choremu - zabierz ostre przedmioty i powiadom dorosłą osobę.
- Jeżeli możesz, zostań z chorym - po ustaniu ataku wyjaśnij spokojnie, co się wydarzyło.



# Nie ignoruj!

Epilepsja może dotknąć każdego - a nieleczona może wywołać atak w dowolnym momencie. Osoba z epilepsją może dostać ataku w miejscu publicznym i może w jego wyniku doznać obrażeń z powodu upadku. Gdy widzisz osobę w czasie ataku padaczki - zareaguj i spróbuj pomóc!

Jeżeli boisz się pomóc lub nie wiesz, co robić - poszukaj dorosłego lub zadzwoń na darmowy numer 112! Dyspozytor, po opisanie przez Ciebie sytuacji, wyśle pomoc poszkodowanemu!



# Mit o zarażeniu

Epilepsja nie jest zaraźliwa! Nie można zarazić się nią w żaden sposób od osoby cierpiącej na tę chorobę. Mit o zaraźliwości i nieznaną przyczyną epilepsji często prowadzą do wykluczeń osób chorych - nieśluszenie obawia się ich z powodu domniemanego ryzyka zarażenia.

Mit ten powoduje często nie tylko dyskryminację, która dotyka prawie 50% chorych, lecz także ukrywanie choroby. Obawiając się prześladowania, wiele osób decyduje się nie zgłaszać z objawami do lekarza.

# Normalne życie

Napady mogą wpłynąć na życie osób cierpiących na epilepsję, blokując możliwość pracy w niektórych zawodach. Dzięki odpowiedniemu leczeniu i wsparciu większość ludzi jest w stanie przeżyć całe swoje życie, doświadczając tylko kilku napadów! Osoby przyjmujące leki mogą wieść normalne, niezaburzone życie.



W przypadku wdrożenia leczenia, u około 70% osób cierpiących na epilepsję, nie występują napady.

# ⇒ Wykluczenie społeczne ⇐

Niestety, niektórzy cierpiący na epilepsję spotykają się z wykluczeniem i niekiedy nawet z dyskryminacją przez własny rząd! W Indiach i Chinach epilepsja może być powodem unieważnienia małżeństwa. W tych krajach niekiedy uznaje się osoby cierpiące na tę chorobę za przeklęte.



W niektórych krajach osoby chorujące na epilepsję nie mogą prowadzić pojazdów - nawet jeżeli przyjmują leki i nie mają napadów. Jednak coraz więcej krajów zmniejsza obostrzenia - chorzy, którzy nie mają ataku w ciągu roku lub kilku lat, mogą uzyskać uprawnienia do kierowania wszelkimi pojazdami.

*Drugi poniedziałek  
lutego*



*Międzynarodowy  
Dzień Epilepsji*