

ΠΩΣ ΦΡΟΝΤΙΖΟΥΜΕ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΟΥΜΕ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΕΝΟΣ ΑΤΟΜΟΥ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΕΠΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ;

- Διατηρούμε την ψυχραιμία μας αλλά και των γύρω μας.
- Μένουμε μαζί με το άτομο.
- Απομακρύνουμε οτιδήποτε βρίσκεται κοντά στο άτομο και μπορεί να το τραυματίσει.
- Αναζητούμε αν φέρει κάποιο διακριτικό που να πληροφορεί για την υγεία του, τη φαρμακευτική αγωγή του και τις επαφές έκτακτης ανάγκης.
- Αν το άτομο βρίσκεται στο πάτωμα, το γυρίζουμε ήπια στο πλάι με το στόμα του να κοιτάζει προς τα κάτω.
- Χρονομετρούμε την κρίση. Αν φαίνεται να υπερβαίνει τα 3 λεπτά καλούμε το ΕΚΑΒ, στο 166.
- Όταν τελειώσει η κρίση βοηθάμε το άτομο να καθίσει σε ένα ασφαλές μέρος μέχρι να αναλάβει πλήρως.
- Όταν αισθανθεί αρκετά καλά και μπορεί να επικοινωνήσει, του εξηγούμε τι συνέβει και προσφερόμαστε να καλέσουμε ένα άτομο της επιλογής του για να μεταφερθεί στο σπίτι του με ασφάλεια.

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΓΕΝΙΚΕΥΜΕΝΗΣ ΕΠΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ

Οι γενικευμένες επιληπτικές κρίσεις επηρεάζουν ολόκληρο το σώμα και προκαλούν συνήθως απώλεια συνείδησης, απώλεια μυϊκού τόνου, τινάγματα και συσπάσεις.

- Εάν φαίνεται ότι το άτομο θα πέσει στο έδαφος το βοηθάμε να μείνει ξαπλωμένο.
- Γυρίζουμε το άτομο ήπια στη μία πλευρά με το στόμα του προς το έδαφος. Αυτό θα διατηρήσει τον αεραγωγό του ασφαλή.
- Καθαρίζουμε το χώρο γύρω του από αντικείμενα, για να αποφεύγει τραυματισμούς.
- Βάζουμε κάτι μαλακό και επίπεδο κάτω από το κεφάλι του, (πχ μία ζακέτα).
- Αφαιρούμε τα γυαλιά του.

- Χαλαρώνουμε οτιδήποτε γύρω από το λαιμό μπορεί να εμποδίσει την αναπνοή του.
- Χρονομετρούμε την κρίση για να παρακολουθήσουμε εάν διαρκεί περισσότερο από 3 λεπτά. Εάν ναι, αναζητούμε αμέσως ιατρική βοήθεια στο 166.

Οι επιληπτικές κρίσεις συνήθως αυτοπεριορίζονται και δεν χρειάζονται ιατρική βοήθεια.

ΚΑΛΟΥΜΕ ΣΕ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΟ ΕΚΑΒ ΣΤΟ 166, ΟΤΑΝ :

- Η κρίση διαρκεί άνω των 3 λεπτών.
- Αν ακολουθήσει 2η κρίση σύντομα.
- Αν το άτομο δυσκολεύεται στην αναπνοή ή δεν ξυπνάει γρήγορα μετά την κρίση.
- Αν υπάρχει τραυματισμός.
- Αν η κρίση συμβεί μέσα στο νερό.
- Αν πρόκειται για πρώτη κρίση.
- Αν έχει σακχαρώδη διαβήτη και χάσει τη συνείδησή του.
- Αν πρόκειται για έγκυο.

ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ:

- Δεν πιέζουμε το άτομο στο έδαφος και δε σταματάμε τις κινήσεις του. Αυτό μπορεί να τραυματίσει εμάς ή αυτό.
- Δε βάζουμε τίποτα στο στόμα του. Αυτό μπορεί να βλάψει τα δόντια ή το σαγόνι του.
- Δε δίνουμε αναπνοές από στόμα σε στόμα κατά τη διάρκεια της κρίσης. Οι άνθρωποι συνήθως αρχίζουν να αναπνέουν ξανά μόνοι τους μετά από μια κρίση.
- Δεν προσφέρουμε νερό ή φαγητό μέχρι το άτομο να είναι σε πλήρη εγρήγορση. Αυτό δεν είναι απαραίτητο και μπορεί να προκαλέσει πνιγμό.

Δωρεάν, διαδικτυακή εκπαίδευση κατ'απαίτηση διατίθεται μέσω του Epilepsy Foundation, <https://www.epilepsy.com/recognition/first-aid-resources>



ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΔΗΜΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ,
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΜΕΡΑ ΕΠΙΛΗΨΙΑΣ



«ΕΠΙΛΗΨΙΑ ΝΕΑΝΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ -ΥΠΑΡΧΕΙ ΠΡΟΛΗΨΗ ΜΕΤΑ ΤΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ;»

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΙΑ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΦΙΛΑΡΕΤΗ ΧΡΟΝΑΚΗ-ΔΑΦΕΡΜΟΥ

ΕΝΤΕΤΑΛΜΕΝΗ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΣΤΟ ΝΕΑΝΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ, ΠΕΛΑΓΙΑ ΒΟΡΓΙΑ

- **Τετάρτη 12 Φεβρουαρίου 2025**
- **Ωρα 17.00 στην αίθουσα «Μανόλης Καρέλλης»**
- **Ανδρόγεω 2, 2ος όροφος**



ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ :

Πανελληνίου Επιστημονικού Συλλόγου κατά της Επιληψίας (ΠΕΣΕ)



Ελληνικής Εθνικής Ένωσης κατά της Επιληψίας (ΕΕΕΕ)



Παγκρήτιας Παιδιατρικής Εταιρείας (ΠΠΕ)



Ιατρικού Συλλόγου Ηρακλείου

ΧΟΡΗΓΟΙ

ΧΑΛΚΙΑΔΑΚΗΣ
ΑΕ



OLYMPIC
HOTEL
HERAKLION



ΕΙΚΑΣΤΙΚΟ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ
Α3



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ

17.00 – 17.20

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ

17.20-17.40

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Πελαγία Βοργιά, Εντεταλμένη Σύμβουλος για θέματα πρόληψης στο νεανικό πληθυσμό.

Έβελυν Αποστόλου, Εκπαιδευτικός Αγγλικής Γλώσσας, Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης. «Σημασία της Επιληψίας-η Θέση του Γονιού».

17.40-18.00

« International Bureau of Epilepsy- Η Διεθνής Προσέγγιση της Επιληψίας τον 21ο Αιώνα»

Αθανάσιος Κοβάνης, MD, DCH, PhD

Παιδονευρολόγος, Τ. Πρόεδρος International Bureau for Epilepsy (IBE), Πρόεδρος Πανελληνίου Επιστημονικού Συλλόγου κατά της Επιληψίας (ΠΕΣΕ) και της Ελληνικής Εθνικής Ένωσης κατά της Επιληψίας (ΕΕΕΕ).

18.00-18.20

Ψυχιατρικές Συννοσηρότητες της Επιληψίας, Πρόληψη και Διαχείριση.

Γεώργιος Σαμιωτάκης, Παιδοψυχίατρος, Ηράκλειο Κρήτης.

18.20-18.40

Μαθησιακές Δυσκολίες και Επιληψία, Αξιολόγηση και Διαχείριση.

Βασιλική Καρκανιά, MSc, Παιδοψυχολόγος, Ηράκλειο Κρήτης.

Παναγιώτης Σίμος, Καθηγητής Αναπτυξιακής Νευροψυχολογίας, Τομέας Ψυχιατρικής και Επιστημών Συμπεριφοράς, Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Κρήτης.

18.40-19.00

Ενδοκρινολογικές Συννοσηρότητες της Επιληψίας, Πρόληψη και Διαχείριση.

Πηνελόπη Σμυρνάκη, Παιδίατρος-Παιδοενδοκρινολόγος, Ηράκλειο Κρήτης.

19.00-19.20

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

19.20-19.40

Επιληψία και Στίγμα, από τη Νηπιακή Ηλικία έως την Ενηλικίωση.

Γιώργης Νιωτάκης, Παιδίατρος-Παιδονευρολόγος, Ηράκλειο Κρήτης

19.40-20.00

Επιληψία και Μετάβαση από την Εφηβική στη Νεαρή Ενήλικη Ζωή.

Σπύρος Ζαφείρης, MD, MSc, Επιμελητής Α, Νευρολογικής Κλινικής ΠΑΓΝΗ.

20.00-21.40

«ΕΠΙΛΗΨΙΑ ΚΑΙ ΣΧΟΛΕΙΟ»

1. Γνώση και θέση του εκπαιδευτικού, για την επιληψία και το νήπιο με επιληπτικές κρίσεις στην Ελλάδα-Προτάσεις Διαχείρισης.

Νικολέττα Σαμαρά, Ειδική Παιδαγωγός, MSc, Διευθύντρια 2ου Ειδικού Νηπιαγωγείου, Ηρακλείου.

2. Γνώση και θέση του εκπαιδευτικού, για την επιληψία και τον έφηβο με επιληπτικές κρίσεις στην Ελλάδα-Προτάσεις Διαχείρισης.

Κυριακή Κυδωνιέως, Εκπαιδευτικός Αγγλικής Γλώσσας, ΠΕ06 Συντονίστρια Τάξεων 11ου Γυμνασίου Ηρακλείου & Πιστοποιημένη Εκπαιδύτρια Ενηλίκων με Εξειδίκευση στις κατηγορίες: Καθηγητές Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, Φιλόσοφοι, Γλωσσολόγοι, Διδακτικό Προσωπικό Φροντιστηρίων.

21.40-21.00

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ

