



.....
Pieczętka oddziału

PIELĘGNIARSKA KARTA INFORMACYJNA DLA PACJENTÓW PO ATAKACH PADACZKI

Imię i nazwisko pacjenta.....

1. Systematycznie przyjmuj leki zlecone przez lekarza, nie zmieniaj dawki i nie odstawiaj leków bez konsultacji z lekarzem.
2. Regularnie korzystaj z opieki medycznej w poradni neurologicznej.
3. Pamiętaj o regularnej, stałej kontroli lekarza Podstawowej Opieki Medycznej (POZ).
4. Pamiętaj o prowadzeniu dzienniczka i odnotowywaniu w nim każdego ataku.
5. Noś bransoletkę z ostrzeżeniem medycznym, w przypadku ataku pozwoli na właściwą interwencję i leczenie.
6. Prowadź higieniczny tryb życia:
 - stosuj zbilansowaną dietę i jedz posiłki w regularnych, stałych porach,
 - zażywaj ruchu i wykonuj ćwiczenia, w ich trakcie odpoczywaj i pij dużo wody,
 - zapewnij odpowiednią ilość i jakość snu,
 - wyeliminuj używki: tytoń, kawę, napoje kofeinowe i energetyczne,
 - nie pij alkoholu, może oddziaływać na niektóre leki przeciwdrgawkowe i zmniejszać ich skuteczność, alkohol zwiększa ryzyko napadu drgawkowego,
 - nie bierz narkotyków ani dopalaczy – zwiększają ryzyko napadu drgawkowego.
7. Unikaj sytuacji, które mogą wyzwać atak:
 - silne emocje,
 - głośna muzyka,
 - intensywne ćwiczenia fizyczne,
 - światła o intensywnym natężeniu, obrazy zmieniające się z dużą częstotliwością (gry komputerowe, oświetlenie klubów nocnych, pokazy laserowe, koncerty, światło latarni morskich itp.)
8. Wskazówki pielęgniarskie dla rodziny pacjenta:
 - 1) zadbaj, aby pacjent regularnie przyjmował leki i miał stały dostęp do nich,
 - 2) zadbaj, aby unikał sytuacji, które mogą wyzwać atak,

3) w razie wystąpienia ataku padaczki:

- zapewnij bezpieczeństwo choremu; w razie wystąpienia napadu w miejscu, które grozi urazem głowy, nie dopuść do tego, klęknij od strony głowy chorego, przytrzymaj głowę na swoich dłoniach lub udach,

- nie próbuj powstrzymywać ani unieruchamiać chorego,
- pozostaw napad naturalnemu przebiegowi, nie staraj się go hamować,
- usuń z zasięgu chorego wszystko, co może spowodować obrażenia,
- nie wkładaj niczego do jego ust, nie przytrzymuj języka,
- rozwiąż krawat lub poluzuj kołnierz,
- po zakończeniu napadu umieść pod głową poduszkę i delikatnie przewróć osobę na bok, aby ułatwić przepływ śliny i oczyścić drogi oddechowe (tak zwana pozycja boczna ustalona).

4) Wezwij pomoc (pogotowie), jeśli:

- atak trwa dłużej niż 5 min,
- po pierwszym ataku natychmiast pojawi się następny,
- po zakończeniu ataku występują zaburzenia oddechu lub nie powraca stan świadomości,
- chory ma gorączkę, doznał obrażeń ciała w czasie ataku, ma cukrzycę, jest w ciąży, itp.

.....

Data i podpis pielęgniarki

.....

Podpis pacjenta