

tag der epilepsie



L e b e

D e i n e n

T r a u m

jung sein mit Epilepsie

Eine Information zum Tag der Epilepsie 2010

Lebe Deinen Traum! Jung sein mit Epilepsie

Alkohol

Alkohol kann die Wirksamkeit der Medikamente gegen die Epilepsie beeinträchtigen. Von exzessivem Alkoholkonsum ist daher (auch aus anderen Gründen) abzuraten. Gegen den „normalen“ Genuss von Bier, Sekt, Wein etc. ist in der Regel nichts einzuwenden.

Anfallsfreiheit

Ziel der Epilepsiebehandlung ist es immer, Anfallsfreiheit ohne oder mit allenfalls akzeptablen Nebenwirkungen der Medikamente zu erreichen. Ist dies allein mit Medikamenten nicht möglich, sollte über weitere Behandlungsmöglichkeiten nachgedacht werden.

Anfallsselbstkontrolle

Bei einigen Menschen können bestimmte Situationen Anfälle auslösen. Wenn der Anfall mit einer Aura beginnt, ist es manchmal möglich, durch bestimmte Techniken dafür zu sorgen, dass diese unterbrochen wird und es zu keinem größeren Anfall kommt.

Beruf

Es gibt nur wenige Berufe, die für Menschen mit Epilepsie generell nicht geeignet sind (z.B. Pilot, Berufskraftfahrer). Ob im Einzelfall die Eignung für einen bestimmten Beruf gegeben ist, kann nur individuell geprüft werden. Grundlage dafür sollten immer die vom Hauptverband der Berufsgenossenschaften herausgegebenen Empfehlungen zur beruflichen Eignung von Personen mit Epilepsie (BGI 585) sein (Download: www.arbeitssicherheit.de).

Bewerbungsgespräch

Der zukünftige Arbeitgeber muss nicht in jedem Fall über das Vorliegen der Epilepsie oder eines Schwerbehindertenausweises informiert werden, sondern nur dann, wenn aufgrund der Epilepsie bestimmte Tätigkeiten an dem zukünftigen Arbeitsplatz nicht ausgeführt werden können.

Drogen

Ob Drogen generell zu Anfällen führen, ist nicht bekannt. Bestimmte Drogen können allerdings zu schlimmerem – z.B. Psychosen – führen und sind auf lange Sicht extrem gesundheitsschädlich. Daher sollten nicht nur Menschen mit Epilepsie auf den Konsum von Drogen verzichten.

Erste Hilfe

Generell gilt: Der einzelne epileptische Anfall ist kein Notfall – er schädigt das Gehirn nicht und hört von selbst wieder auf. Dennoch kann es in bestimmten Situationen notwendig sein, einen Notarzt zu verständigen – z.B. dann, wenn der Anfall länger als fünf Minuten dauert.

Freunde

Nicht jeder muss über die Epilepsie informiert werden – dennoch sollten enge Freunde über den Ablauf der Anfälle informiert sein, um im Notfall helfen zu können. Wer über die Epilepsie informiert wird und zu welchem Zeitpunkt, sollte sorgsam überlegt werden.

Flackerlicht

Nur bei wenigen Menschen mit Epilepsie kann Flackerlicht in Diskotheken, bei raschen Hell-Dunkel Kontrasten (Wechsel zwischen Licht und Schatten) oder ähnlichem Anfälle auslösen. Auch Menschen, bei denen Flackerlicht Anfälle auslösen kann, können unbedenklich Fernsehen oder am Computer arbeiten bzw. spielen. Aber Vorsicht: Bei Spielen mit starken Hell-/Dunkel-Kontrasten (z.B. Ego-Shooter) oder Übermüdung können in einzelnen Fällen Anfälle auslösen.

Führerschein

In der Regel besteht bei Fahrzeugen der Führerscheingruppen A, B, M, S, L und T nach einjähriger Anfallsfreiheit Fahrtauglichkeit. Die entsprechenden Regelungen

sind in den Begutachtungsleitlinien zur Kraftfahreignung in der Fassung vom November 2009 enthalten (www.bast.de). Ob Fahrtauglichkeit vorliegt, muss mit dem behandelnden Arzt besprochen werden.

Gewicht

Einige Medikamente gegen die Epilepsie können große Gewichtsveränderungen zur Folge haben. Wenn diese auftreten und nicht akzeptabel sind, sollte mit dem behandelnden Arzt über einen eventuellen Wechsel der Medikamente gesprochen werden.

Haut, Akne, Haar

Akne, Hautausschlag, Juckreiz, Rötungen, vorübergehender Haarausfall und vermehrter Haarwuchs bei Frauen können in seltenen Fällen durch Medikamente gegen die Epilepsie ausgelöst werden. Ob dies tatsächlich an den Medikamenten liegt und ob dann ein Wechsel der Medikamente notwendig ist, sollte mit dem behandelnden Arzt besprochen werden.

Impfungen

Die meisten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen mit einer aktiven Epilepsie können problemlos geimpft werden. Dennoch sind bei Impfungen manchmal Besonderheiten zu beachten, die vorher mit dem behandelnden Arzt besprochen werden sollten. Dies gilt insbesondere bei Impfungen, die bei Fernreisen erforderlich sind (z.B. Malariaprophylaxe).

Medikamente

Medikamente sollen vor Anfällen schützen. Eine regelmäßige Medikamenteneinnahme ist für ihre Wirkung Voraussetzung.

Reisen

Die Zeitverschiebung bei Fernreisen kann mit einer schrittweisen zeitlichen Anpassung der Medikamenteneinnahme ausgeglichen werden. Es sollte darauf geach-

tet werden, dass die mitgenommenen Medikamente für die Dauer der Reise ausreichend und verfügbar sind (im Handgepäck sollte immer eine ausreichende Menge vorhanden sein).

Sexualität

Epilepsien im Schläfenlappen können in seltenen Fällen die normale sexuelle Aktivität stören. Bestimmte Medikamente gegen die Epilepsie können zu verminderter sexueller Lust bzw. sexuellen Funktionsstörungen bei Mann oder Frau führen. Häufiger sind die Ursachen jedoch Partnerkonflikte, beruflicher oder psychischer Stress.

Schwangerschaft

Eine Epilepsie ist – abgesehen von sehr seltenen Fällen – nicht erblich. Dennoch sind bei der Schwangerschaft Besonderheiten zu beachten – insbesondere was die medikamentöse Epilepsiebehandlung betrifft. Im Vorfeld einer Schwangerschaft sollte daher ein ausführliches Beratungsgespräch mit der behandelnden Gynäkologin und dem behandelnden Neurologen geführt werden.

Schlafentzug

Bei den meisten Menschen mit Epilepsie löst Schlafentzug oder die Verschiebung des Schlaf-/Wachrhythmus keine epileptischen Anfälle aus. Ist dies aber doch der Fall, gilt eine Verschiebung des Schlafrhythmus von +/- 2 Stunden als unbedenklich.

Sport

Die meisten Sportarten können von Menschen mit Epilepsie problemlos ausgeübt werden; sportliche Betätigung löst keine Anfälle aus und fördert das allgemeine Wohlbefinden. Dennoch können bei einzelnen Sportarten (z.B. Schwimmen) in Abhängigkeit von Art und Häufigkeit der Anfälle Gefährdungen auftreten.

Studium

Bei der Aufnahme eines Studiums kann die Kontaktaufnahme zur Studienberatung für behinderte Studenten an Universitäten und Fachhochschulen hilfreich sein.

Verhütung

Medikamente gegen die Epilepsie können die Wirksamkeit der Pille und anderer hormoneller Verhütungsmittel beeinträchtigen. Daher sollten sich anfallsranke Frauen gemeinsam mit ihrem Partner sehr gut frauenärztlich und neurologisch beraten lassen und die zur Verfügung stehenden Methoden zur Schwangerschaftsverhütung abwägen.



Bundesgeschäftsstelle

Zillestraße 102

10585 Berlin

Fon 030 / 342 44 14

Fax 030 /342 44 66

info@epilepsie.sh

www.epilepsie.sh

Spendenkonto

Deutsche Bank Berlin

Konto 643 00 29 01

BLZ 100 700 24

Wir danken der DAK für die freundliche Unterstützung.

