

Viele Menschen erschrecken sich, wenn sie das erste Mal einen epileptischen Anfall miterleben – aber die meisten Anfälle sind **kein** medizinischer Notfall, wenn sie im Rahmen einer bekannten Epilepsie auftreten.

Der generalisierte tonisch-klonische Anfall (auch „Grand mal“ genannt), der mit einem Sturz, Verkrampfungen der Muskulatur am ganzen Körper und Bewusstlosigkeit einhergeht, ist die Anfallsform, die am häufigsten mit Epilepsie in Verbindung gebracht wird: Andere epileptische Anfälle, zum Beispiel mit Abwesenheiten („Absenzen“), sind weniger bekannt und werden von Außenstehenden oft nicht bemerkt.

Unsere Verhaltenstipps beziehen sich auf die Erste Hilfe bei generalisierten tonisch-klonischen Anfällen. Das umseitig abgedruckte Plakat fasst die Tipps grafisch zusammen, wir haben dazu auch einen kurzen Film erstellt.

Was ist bei einem Grand mal zu tun?

Ein einzelner epileptischer Anfall ist in der Regel kein Notfall und schädigt das Gehirn nicht und hört spätestens nach 2-3 Minuten von selbst wieder auf.

Während des Anfalls sollten Sie:

- Die Dauer des Anfalls mit Blick auf eine Uhr messen: Wann hat er genau begonnen? Wann hört er genau auf?
- Der betreffenden Person beistehen, indem
 - Gegenstände aus deren Umfeld entfernt werden, an denen sie sich verletzen könnte (z.B. Brille, Gegenstände mit scharfen Kanten etc.)
 - sie vor schweren sturzbedingten Verletzungen geschützt wird
 - sie vor Kopfverletzungen geschützt wird (z.B. einen weichen Gegenstand unter ihren Kopf legen, der Kopf mit den Händen in der Schwebelage halten)
 - Schaulustige weggeschickt werden

Nach dem Anfall sollten Sie:

- beengende Kleidungsstücke am Hals lockern
- die Person in eine stabile Seitenlage bringen
- dabei bleiben, bis der Anfall vorbei ist und die Person wieder vollständig orientiert ist

Ein Rettungswagen (in Deutschland Tel.: 112) ist zu verständigen,

- wenn der Anfall länger als fünf Minuten dauert. Dann wird von einem Status epilepticus gesprochen, der medikamentös unterbrochen werden muss
- wenn sich ein Anfall im Abstand von weniger als einer Stunde wiederholt oder das Bewusstsein nicht voll wiedererlangt wird
- wenn Unsicherheiten über Verletzungen bestehen
- wenn nicht bekannt ist, ob es sich um einen ersten epileptischen Anfall handelt oder der Anfall anders aussieht als gewöhnlich

Falls ein Rettungswagen gerufen wird:

- Ruhe bewahren
- Ort genau beschreiben
- Hinweis auf einen vermuteten epileptischen Anfall geben
- den Rettungsdienst darauf hinweisen, dass ein Arzt oder eine Ärztin gebraucht wird

Was sollte unbedingt vermieden werden?

- Gegenstand („Beißkeil“) in den Mund der Person schieben
- Festhalten der Person, um die Bewegungen zu unterdrücken

Epilepsien und epileptische Anfälle

Epileptische Anfälle sind Funktionsstörungen des Gehirns, die durch vorübergehende synchrone Entladungen größerer Nervenzellverbände hervorgerufen werden. Die Kommunikation der Nervenzellverbände ist dadurch gestört. Ist der epileptische Anfall vorbei, kehrt das Gehirn zu seiner ursprünglichen Funktionsweise zurück – das ist normalerweise nach wenigen Minuten der Fall. Es gibt nicht eine Epilepsie, sondern verschiedene Epilepsieformen.

Wo bekomme ich Hilfe und Unterstützung?

Haben Sie weitere Fragen zum Thema Epilepsie? Dann melden Sie sich bei uns. Unsere Geschäftsstelle erreichen Sie unter 030 – 342 44 14, unser Beratungstelefon unter 030 - 34 70 35 90 (die Sprechzeiten stehen im Internet unter www.epilepsie-vereinigung.de und per E-Mail an info@epilepsie-vereinigung.de).

Das umseitig abgedruckte Plakat ist auch auf unserer Webseite zum Download hinterlegt, ebenso wie der Filmclip, der darauf basiert. Drucken Sie das Plakat aus und verbreiten Sie es weiter. Sie können es sich auch schicken lassen, ebenso wie unser anderes Informationsmaterial.

Und werden Sie Mitglied bei uns: Gemeinsam sind wir stärker. Wir sind der Bundesverband der Epilepsie-Selbsthilfe in Deutschland.

Sie erhalten vierteljährlich die Mitgliederzeitschrift „einfälle“, günstige Teilnahmemöglichkeiten an unseren Veranstaltungen, Informationsmaterial und Hilfe in vielen Lebenslagen.



Bundesgeschäftsstelle
Zillestraße 102
10585 Berlin
Fon 030 – 342 44 14
Fax 030 – 342 44 66

info@epilepsie-vereinigung.de
www.epilepsie-vereinigung.de
Besuchen Sie uns auch bei Facebook:



Spendenkonto
Deutsche Bank Berlin
BAN DE24 100 700 240 6430029 01
BIC (SWIFT) DEUT DE DBBER

ERSTE HILFE BEIM GENERALISIERTEN TONISCH-KLONISCHEN ANFALL



NEUAUFLAGE 2024



Bitte informieren Sie mich über:

- Deutsche Epilepsievereinigung
- Diagnostik/Behandlung/Erste Hilfe
- Leben und Arbeit mit Epilepsie
- Epilepsie bei Kindern und Jugendlichen
- 1 Freixemplar „einfälle“
- Informationen zu Spenden
- Beitrittserklärung

Ich möchte Sie unterstützen.

Bitte senden Sie mir:

Bitte
ausreichend
frankieren

Name _____ Vorname _____

Straße _____ Hausnummer _____

PLZ _____ Ort _____

Deutsche Epilepsievereinigung e.V.
Zillestraße 102
10585 Berlin

Datenschutzhinweis: Wir verwenden Ihre Daten ausschließlich dazu, Ihnen die gewünschten Materialien zuzusenden. Etwa zwei Wochen später erhalten Sie eine Anfrage, ob Sie mit uns zufrieden waren. Anschließend löschen wir Ihre Daten, es sei denn, Sie stimmen einer Speicherung ausdrücklich zu.

Epilepsie: Erste Hilfe beim generalisierten tonisch-klonischen Anfall

Die meisten epileptischen Anfälle sind spätestens nach 2 – 3 Minuten vorüber. Der Anfall hört von selbst wieder auf. Die betroffene Person erholt sich auch ohne ärztliche Hilfe.

10:00



1

Die Person sackt plötzlich zusammen und zuckt. Ruhe bewahren! Auf die Uhr schauen! Den Ablauf des Anfalls einprägen.

10:01



2

Die Person sich ungehindert bewegen lassen. Gegenstände aus dem Weg räumen. NICHTS in den Mund schieben.

10:05



3

Bei der Person bleiben. Abwarten. Blick auf die Uhr: Hört das Krampfen nach 2 - 3 Minuten auf? Wenn nein, wie kann ich Hilfe rufen?

10:15



4

Die Person kommt langsam wieder zu sich. Braucht sie etwas? Mehr Ruhe? Einen Anruf bei einem Angehörigen?

10:05



5

Der Anfall dauert 5 Minuten und länger? SOFORT den Notarzt alarmieren! Dableiben, bis der Krankenwagen eintrifft



www.epilepsievereinigung.de

Fachliche Beratung: Prof. Dr. med. Martin Holtkamp (Epilepsie-Zentrum Berlin-Brandenburg)
Wir zeigen Ihnen hier, wie Sie mit einem epileptischen Anfall mit Bewusstseinsverlust und Sturz (Grand mal) umgehen können und was Sie vermeiden sollten. Ein Haftungsanspruch entsteht dadurch nicht.