

ERSTE HILFE BEIM GENERALISIERTEN TONISCH-KLONISCHEN ANFALL



NEUAUFLAGE 2024

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 Schwebe 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