

Si je fais une crise d'épilepsie, mes proches savent agir

Le site du Docteur Jean-Pierre DIDIER

Adresse du site : www.docvadis.fr/jean-pierre.didier



Validé par

le Comité Scientifique Neurologie

Devant une personne faisant une crise d'épilepsie, sachez la reconnaître et faire les bons gestes. Les crises ne s'accompagnent pas toujours de mouvements et de symptômes spectaculaires, comme des mouvements saccadés ou des convulsions. Si vous êtes épileptique, cette fiche informera votre entourage et vos proches.

Une crise d'épilepsie, qu'est-ce que c'est ?

Il s'agit de décharges électriques exagérées et soudaines dans une zone du cortex cérébral. Le cortex cérébral est le siège des fonctions nerveuses du cerveau. Il se situe à la surface du cerveau (écorce cérébrale). Si les crises se répètent pendant des mois ou des années, il s'agit alors d'une maladie chronique. Dans le cas contraire, c'est une crise passagère sans cause réelle.

Comment puis-je reconnaître une crise d'épilepsie ?

Les signes les plus connus sont la perte de conscience avec tremblements, mais ils peuvent être minimes ou inexistantes pour certains :

Yeux révulsés.

Gestes répétés et désordonnés.

Dents serrées.

Salive au bord des lèvres.

Perte d'urine (par relâchement des sphincters).

Deux types de crise :

Les crises partielles.

- - Sans perte de conscience.- Perte momentanée du langage- Sensations bizarres et tremblements partiels (limités à un endroit du corps ou à un membre)
- - Perte de conscience avec rupture de contact, souvent associée à une gestuelle automatique (battements des pieds ou des mains, ou mouvements de la bouche).

Les crises généralisées

- - Chute.- Corps raide.- Perte de connaissance.- Convulsions pendant plusieurs minutes.- Risque de morsure de la langue.- Perte d'urine.
- - Limité aux jeunes enfants (entre 5 et 10 ans).- Perte de conscience de quelques secondes.- Regard fixe et perte d'attention.

Le plus souvent, les crises ne durent que quelques minutes et sont sans conséquences. Il est toutefois indispensable de prévenir les secours.

Que puis-je faire en cas de crise ?

Appeler ou faire appeler les secours (15, 18 ou 112).

Si vous êtes épileptique, apprenez à vos proches les bons gestes à faire.

Ne pas tenter d'ouvrir la bouche pendant la phase aiguë (risque de morsure).

Desserrer ce qui peut comprimer le corps (ceinture, soutien-gorge, cravate, col de chemise).

Mettre la victime en position latérale de sécurité (PLS).

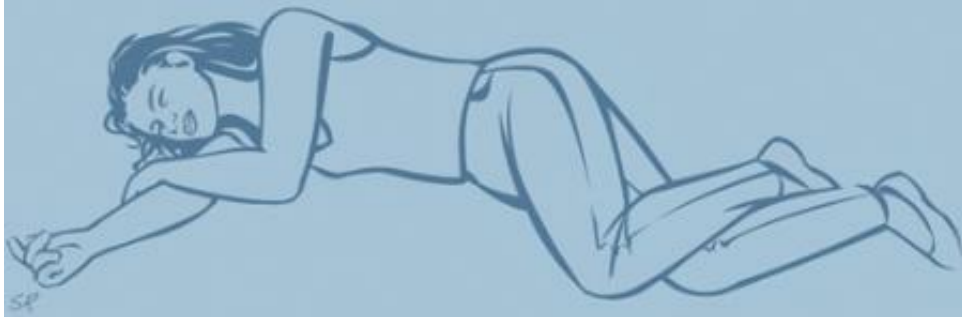
Ecarter tout objet qui pourrait blesser le malade avec ses mouvements brusques.

S'assurer qu'il n'y a rien dans la bouche (chewing-gum, dentier déplacé, aliments).

Eloigner les personnes qui l'entourent.

Si vous êtes épileptique, prévenez votre entourage (famille, collègues) pour qu'ils puissent agir sans

affolement et avec méthode en cas de crise. En respectant une hygiène de vie équilibrée, sans excès (alcool, tabac, café, drogue), en respectant un sommeil régulier et en évitant les situations de stress (peur, sports violents...), il est possible de réduire le nombre et l'importance de vos crises ou de les prévenir.



Si vous êtes épileptique, apprenez à vos proches les bons gestes à faire.