CPNI
Cyprus Paediatric Neurology Institute
Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου

ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Λιποθυμίες και ασυνήθιστα παροξυσμικά επεισόδια

Πολλά παιδιά παρουσιάζουν επεισόδια που μοιάζουν με επιληπτικές κρίσεις, αλλά δεν είναι επιληψία. Το πιο συχνό είναι η απλή λιποθυμία. Η ακριβής περιγραφή του τι συνέβη μάς βοηθά να καταλήξουμε στη σωστή διάγνωση και να αποφύγουμε περιττές εξετάσεις και θεραπείες.

Συχνές αιτίες ασυνήθιστων παροξυσμικών επεισοδίων

- Απλή λιποθυμία (αγγειοπνευμονογαστρική συγκοπή)
- Κρίσεις κατακράτησης της αναπνοής στα νήπια και αντανακλαστικές ανοξικές κρίσεις
- Ονειροπόληση και επεισόδια «κοιτάγματος στο κενό»
- Επεισόδια στον ύπνο, όπως οι νυχτερινοί τρόμοι
- Τικ και άλλα κινητικά επεισόδια
- Επεισόδια που σχετίζονται με ημικρανία
- Σπάνια, διαταραχές του καρδιακού ρυθμού

Απλή λιποθυμία

- Συχνά προκαλείται από πολύωρη ορθοστασία, ζέστη, πείνα, πόνο, θέα αίματος ή ξαφνικό τρομάγμα
- Πριν από αυτήν το παιδί μπορεί να ζαλίζεται, να ζεσταίνεται ή να έχει ναυτία, να χλωμιάζει, να βλέπει θολά ή να ακούει πνιχτά
- Πέφτει και μπορεί να τιναχτεί για λίγα δευτερόλεπτα, κάτι που μπορεί να μοιάζει με επιληπτική κρίση
- Συνήθως συνέρχεται μέσα σε ένα με δύο λεπτά, αν και μπορεί να νιώθει κουρασμένο μετά

Κρίσεις κατακράτησης της αναπνοής

- Είναι συχνές από 6 μηνών έως 5 ετών
- Μετά από κλάμα, στενοχώρια ή ένα μικρό χτύπημα, το παιδί κρατά την αναπνοή του, μελανιάζει ή χλωμιάζει και μπορεί να χάσει για λίγο τις αισθήσεις του
- Είναι τρομακτικές για όποιον τις βλέπει, αλλά δεν είναι επικίνδυνες, και τα παιδιά τις ξεπερνούν
- Μερικές φορές σχετίζονται με χαμηλό σίδηρο, γι' αυτό μπορεί να προταθεί εξέταση αίματος

Πώς τα ξεχωρίζουμε από τις επιληπτικές κρίσεις

- Προσεκτική περιγραφή του τι συνέβη πριν, κατά τη διάρκεια και μετά το επεισόδιο
- Ένα βίντεο, αν είναι ασφαλές να τραβηχτεί, βοηθά πάρα πολύ
- Ηλεκτροκαρδιογράφημα (ΗΚΓ) για τα παιδιά που λιποθυμούν
- ΗΕΓ μόνο αν υπάρχει υποψία επιληπτικής κρίσης
- Αιματολογικές εξετάσεις, όπως ο σίδηρος, όπου χρειάζεται

Τι να κάνετε σε μια λιποθυμία

- Ξαπλώστε το παιδί και σηκώστε τα πόδια του
- Χαλαρώστε τα στενά ρούχα και αφήστε να μπει καθαρός αέρας
- Όταν συνέλθει, βοηθήστε το να καθίσει σιγά σιγά και δώστε του να πιει κάτι και ένα σνακ
- Σημειώστε τι συνέβη και πόσο κράτησε

Πρόληψη της λιποθυμίας

- Να πίνει αρκετό νερό κατά τη διάρκεια της ημέρας
- Να μην παραλείπει γεύματα, ιδιαίτερα το πρωινό
- Με τα πρώτα προειδοποιητικά σημάδια, να καθίσει ή να ξαπλώσει αμέσως
- Αν στέκεται για πολλή ώρα, να σταυρώνει τα πόδια και να σφίγγει τους μυς των ποδιών
- Να αποφεύγει την υπερβολική ζέστη

Πότε να ζητήσετε συμβουλή χωρίς καθυστέρηση

Ζητήστε σύντομα ιατρική συμβουλή αν ένα επεισόδιο:

- Συμβαίνει κατά την άσκηση ή στο κολύμπι
- Προκαλείται από δυνατό θόρυβο, τρομάγμα ή έντονο συναίσθημα
- Συνοδεύεται από πόνο στο στήθος ή αίσθημα παλμών (γρήγορος ή ακανόνιστος καρδιακός ρυθμός)
- Διαρκεί περισσότερο από λίγα λεπτά ή η ανάρρωση είναι αργή
- Συμβαίνει σε παιδί με οικογενειακό ιστορικό αιφνίδιου ανεξήγητου θανάτου σε νεαρή ηλικία ή διαταραχών του καρδιακού ρυθμού

Ημερολόγιο επεισοδίων

Συμπληρώστε μια γραμμή για κάθε επεισόδιο και φέρτε το στο ραντεβού σας.

Ημερομηνία και ώρα	Τι συνέβη πριν, κατά τη διάρκεια και μετά	Διάρκεια

Επικοινωνία με το CPNI

Έχει το παιδί σας ασυνήθιστα παροξυσμικά επεισόδια; Καλέστε το ιατρείο μας στο +357 22 476 627 για αξιολόγηση ή στείλτε email στο cpni2007@gmail.com. Εξετάζουμε παιδιά μέσω ΓεΣΥ, και ιδιωτικά όσα δεν είναι δικαιούχοι ΓεΣΥ, στη Λευκωσία και στη Λεμεσό.

Περισσότερα φυλλάδια και πληροφορίες: www.cpni.com.cy

Το φυλλάδιο αυτό δίνει γενικές πληροφορίες και δεν αντικαθιστά τις συμβουλές του γιατρού του παιδιού σας.

Αναθεώρηση: Δρ Πάολα Νικολαΐδου, Σύμβουλος Παιδονευρολόγος, Νοέμβριος 2026.

© Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου
+357 22 476 627 · cpni2007@gmail.com · www.cpni.com.cy