CPNI
Cyprus Paediatric Neurology Institute
Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου

ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Πρώτες βοήθειες σε επιληπτική κρίση και φάρμακο διάσωσης

Οι περισσότερες κρίσεις σταματούν μόνες τους μέσα σε λίγα λεπτά και δεν προκαλούν βλάβη. Όταν ξέρετε τι να κάνετε, μπορείτε να κρατήσετε το παιδί σας ασφαλές και να παραμείνετε ψύχραιμοι. Μοιραστείτε αυτό το φυλλάδιο με παππούδες, φροντιστές, εκπαιδευτικούς και προπονητές.

Κατά τη διάρκεια της κρίσης: τι να κάνετε

- Μείνετε ψύχραιμοι και δίπλα στο παιδί
- Σημειώστε την ώρα που ξεκίνησε η κρίση
- Απομακρύνετέ το από κινδύνους, όπως σκληρά έπιπλα, σκάλες, νερό ή δρόμο
- Βάλτε κάτι μαλακό κάτω από το κεφάλι του και χαλαρώστε ό,τι σφίγγει γύρω από τον λαιμό
- Αν είναι ασφαλές, βιντεοσκοπήστε την κρίση με το κινητό για τον γιατρό
- Όταν σταματήσουν οι σπασμοί, γυρίστε το παιδί στο πλάι (θέση ανάνηψης) για να αναπνέει πιο εύκολα
- Μιλήστε του ήρεμα και καθησυχάστε το καθώς συνέρχεται

Κατά τη διάρκεια της κρίσης: τι να αποφύγετε

- Μην το κρατάτε με δύναμη και μην προσπαθείτε να σταματήσετε τις κινήσεις
- Μη βάζετε τίποτα στο στόμα του: δεν μπορεί να «καταπιεί τη γλώσσα του»
- Μη δίνετε φαγητό ή νερό μέχρι να συνέλθει πλήρως
- Μην το μετακινείτε, εκτός αν βρίσκεται σε κίνδυνο

Φάρμακο διάσωσης

Στα παιδιά με επιληψία συνήθως συνταγογραφείται φάρμακο διάσωσης, όπως η στοματική μιδαζολάμη, για τις παρατεταμένες κρίσεις. Αν το παιδί σας έχει τέτοιο φάρμακο:

- Ακολουθήστε το γραπτό πλάνο φροντίδας, που ορίζει πότε και πόσο να δώσετε, συνήθως αν η κρίση διαρκέσει 5 λεπτά
- Το φάρμακο να είναι πάντα μαζί με το παιδί, και στο σχολείο, στις εκδρομές και στις διακοπές
- Ελέγχετε τακτικά την ημερομηνία λήξης
- Βεβαιωθείτε ότι όλοι όσοι φροντίζουν το παιδί ξέρουν πού βρίσκεται και πώς χρησιμοποιείται
- Ζητήστε μας επίδειξη ή πλάνο φροντίδας για το σχολείο, αν το θέλετε

Μετά την κρίση

- Το παιδί μπορεί να νυστάζει, να είναι μπερδεμένο, να έχει πονοκέφαλο ή ναυτία για λίγο: αφήστε το να ξεκουραστεί
- Μείνετε μαζί του μέχρι να επανέλθει πλήρως
- Καταγράψτε τι συνέβη και πόσο διήρκεσε

Ασφάλεια στην καθημερινότητα

- Το ντους είναι ασφαλέστερο από το μπάνιο στην μπανιέρα· μην αφήνετε ποτέ το παιδί μόνο στο νερό
- Κολύμπι μόνο με την προσεκτική επίβλεψη ενήλικα που γνωρίζει για τις κρίσεις
- Κράνος για ποδήλατο, πατίνι και ιππασία
- Σταθερός ύπνος και φάρμακα στην ώρα τους: οι δόσεις που ξεχνιούνται και η κούραση είναι συχνοί εκλυτικοί παράγοντες

Πότε να καλέσετε το 112

Καλέστε το 112 για ασθενοφόρο αν:

- Η κρίση διαρκεί περισσότερο από 5 λεπτά και το παιδί δεν έχει φάρμακο διάσωσης, ή συνεχίζεται 5 έως 10 λεπτά μετά τη χορήγηση του φαρμάκου διάσωσης (όπως ορίζει το πλάνο φροντίδας του)
- Είναι η πρώτη κρίση του παιδιού σας
- Οι κρίσεις διαδέχονται η μία την άλλη χωρίς το παιδί να συνέρχεται ενδιάμεσα
- Το παιδί έχει τραυματιστεί, δυσκολεύεται να αναπνεύσει ή τα χείλη του παραμένουν μπλε μετά την κρίση
- Η κρίση συνέβη μέσα στο νερό
- Ανησυχείτε ή η κρίση είναι πολύ διαφορετική από τις συνηθισμένες

Καταγραφή κρίσεων

Η καταγραφή κάθε κρίσης, και ένα σύντομο βίντεο στο κινητό αν είναι ασφαλές να το τραβήξετε, είναι από τα πιο χρήσιμα πράγματα που μπορείτε να φέρετε στο ιατρείο.

Ημερομηνία και ώρα	Τι συνέβη	Διάρκεια	Δόθηκε φάρμακο διάσωσης;	Ανάρρωση

Επικοινωνία με το CPNI

Για ερωτήσεις ή ραντεβού, καλέστε το ιατρείο μας στο +357 22 476 627 ή στείλτε email στο cpni2007@gmail.com.

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.