



## Erste Hilfe beim epileptischen Anfall für den Laien- und Ersthelfer!

Obwohl ein großer epileptischer Anfall auch "Grand Mal-Anfall" genannt, immer sehr bedrohlich aussieht, ist er für die betroffene Person selten lebensgefährlich.

Gefahr droht eher beim Hinfallen durch dadurch entstehende Verletzungen und falsche „Hilfeleistung“.

### Ein guter und besonnener Ersthelfer sollte dabei folgende Tipps beachten:



- Ruhe bewahren und nicht überstürzt handeln
- den Zeitpunkt des Anfallsbeginns registrieren
- den Betroffenen möglichst liegenlassen
- Gegenstände, die eine Gefahr bedeuten um den Patienten herum entfernen und Platz schaffen oder falls nicht möglich ihn aus der Gefahrenzone vorsichtig ziehen (Rautek-Griff auch Rettungsgriff genannt)
- beengende Kleidungsstücke (Krawatten, Tücher, Hemdkragen) lockern bzw. öffnen
- den Kopf möglichst auf eine weiche, aber flache Unterlage (z.B. Jacke) betten
- nach dem Anfall den Patienten in die stabile Seitenlage bringen damit die Atemwege frei sind
- Betreuen Sie die Person, bis er wieder ganz wach ist. Manchmal ist der Betroffene noch etwas verwirrt und braucht daher etwas Erholung oder Schlaf. Bei Bedarf beruhigen Sie den Betroffenen. Sprechen Sie die Person an und fragen nach seinem Namen, Ort, Datum, Uhrzeit, um festzustellen, ob die Person wieder klar und nicht mehr verwirrt ist (Reorientierungsphase)
- das Anfallsende registrieren

### Wichtige Faustregel: Wann rufe ich den Notarzt 112

Falls das reine Anfallsgeschehen z.B. Krämpfe am ganzen Körper, Muskelzucken, plötzlicher Bewusstseinsverlust oder Eintrübung länger als 3 bis 5 Minuten dauert. Hört dieser Anfall nicht auf oder fängt wieder an, oder hat sich der Betroffene verletzt oder die Person ist nicht ansprechbar gilt dies auch.

### Das sollten Sie NICHT machen

- Gegenstände in den Mund stecken, um Zungenbisse zu vermeiden,
- zuckende Gliedmaßen (Arme oder Beine) festhalten, denn Knochenbrüche könnten die Folge sein
- versuchen den Mund zu öffnen, um zu „beatmen“
- Stimulationsversuche unternehmen durch Schläge, lautes Anschreien, Kalt-Wasser-Anwendung und dergleichen

Alle anderen epileptischen Anfälle erfordern keine besonderen Erste-Hilfe-Maßnahmen. Wichtig sind jedoch immer der Zuspruch, die Betreuung und das besondere Gespür für die Würde des Kranken

Bewegen Sie die Person während des Anfalls nicht, es sei denn, zur Abwehr von Gefahren. Manchmal ist der Betroffene noch etwas verwirrt und braucht daher etwas Erholung oder Schlaf. Bei Bedarf beruhigen Sie den Betroffenen. Manchmal hält der Betroffene Gegenstände noch fest. Bitte nicht gewaltsam entfernen. Versuchen Sie die Körperbewegungen nicht zu unterdrücken. Versuchen Sie die Person nicht mit Gewalt zum Aufstehen zu bewegen. Auch nicht den Kiefer öffnen.