

日常生活小知识



① 癫痫患者在睡觉中如何避免发生意外？

首先，按照医嘱规律服药，尽可能办法。如果发作主要发生在夜里睡觉增加药物剂量。其次，将尖锐物体或边；如果发作时病友有可能坠床，建睡在上铺床，床位要尽可能的低，或如有可能，周围最好有人陪伴；也可作时家人能够及时发现。



能减少睡眠中犯病是最根本的中，可以和医生商量是否在睡前其他有潜在危险的物体移离床议使用四周有防护栏的床；不要者直接把寝具铺在地板上睡觉；考虑安装警示装置，以便夜里发

② 患者在水中犯病了，这时该怎么办？

水中犯病有较大的危险，如果处理不当，容易造成严重后果。当发现有人在水中犯病时，应注意：扶起患者头部，保证其头面部一直在水面以上；尽快把患者从水中转移到安全地带，立即判断患者有无呼吸和心跳。如果没有，立即实施心肺复苏术；呼叫急救车。即使患者看起来状况尚可，也建议到医院彻底检查。



③ 癫痫患者能否驾驶车辆？

常识告诉我们，禁止癫痫病友在发作未得到稳定控制时驾驶机动车是合理的，否则发作时可能会引起各种交通事故。因此，对于发作未得到很好控制的病友，尤其是发作时有意识障碍或运动能力丧失的患者，建议不要驾驶或隐瞒病情而获取驾照。建议病友：如果仍时常有犯病，就不要驾驶；对出具诊断证明的医生要诚实，如果曾有过癫痫，一定要如实相告；将实情也告诉机动车管理部门，这样还可以在遇到纠纷或事故时保护自己。



④ 癫痫患者如何预防就餐时发生意外？

应该注意以下几点：家人应该事先知道一些常用的急救措施，例如，当食物误入气管后，知道如何操作海姆立克手法；保持坐位进餐；吃饭时使用两边有扶手的靠椅；盘子或被子放在防滑的桌面上；使用不易破碎的餐具；患者面前不要放置尖锐物体（如刀具）或易碎物体（如薄玻璃杯）。

⑤ 看到患者癫痫大发作该怎么做？

看到病友犯病时家人或周边人该如何做呢？如下图：



①癫痫大发作开始应立即扶病人侧卧，防止摔倒、碰伤。



②解开其领带、胸罩、衣扣、腰带等，保持呼吸道通畅。



③将头颈偏向一侧，使唾液和呕吐物尽量流出口外，以免回流入呼吸道引起窒息。



④如果有假牙，取出假牙，以免误吸入呼吸道。



⑤防止舌咬伤，可将手帕卷成条状，或用一双筷子缠成布条塞入其上下牙之间。



⑥抽搐时，不要按压病人肢体，以免造成骨折或扭伤。



⑦发作过后昏睡不醒，尽可能减少搬动，让病人适当休息，可给吸氧气。

⑧已摔倒在地上病人，应检查有无外伤，如有外伤，应根据具体情况进行处理。



目击者需等待病友清醒后再离开（一般需要 5~10 分钟），或帮助联系家属。在患者发作时，如果有可能，可以用手机等及时联系病友的家属或医生，在他们的指导下进行操作。绝大多数癫痫发作在 1~2 分钟后就会自行停止，旁人是无法采取措施终止发作。采取按压人中穴位等方法是无效的，所能做的就是保证患者安全情况下等待发作结束。如果发作持续不停，超过 5 分钟，应及时呼叫急救车。

⑥ 在野外环境中，癫痫患者应该注意哪些安全问题？

尽量远离有水的地方，以防发作时淹溺；在攀爬时，必须要有相应的安全设备，如牢固系在腰间的绳索等，并有旁人陪同；不要在靠近篝火处活动或休息，以防发作时烧伤；在经过危险地段或坐船时，应该有其他人员陪同；对于容易夜间发作的患者，不要在高处睡觉（如上铺、岩石上），以防发作时坠落。

⑦ 什么是海姆立克手法？

海姆立克是美国一位著名的医生，海姆立克手法是以他的名字命名的一种急救方法，是用来抢救有人被食物或物体噎着或卡住气道而窒息时的方法。该急救法简单易学，十分有效。

海姆立克手法具体操作：让患者站立，救护者站其身后抱住其腰部，一手撑拳，并用其拇指侧顶住患者的上腹部；另一只手握紧拳迅速向上、向内猛压腹部，挤压后随即放松，可重复数次。如果只有您一个人在场或周围的人都未受过救生训练时，即应实施自救法：可一手撑拳，掌心朝腹部，位于脐上，另一只手握在上面。靠在椅背、栏杆、水槽、桌沿等地方，抵紧腹部，迅速用力反复挤压，直至有效。

