

ЭПИЛЕПСИЯ



ГБУЗ НО НОЦЗМП
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Сделай дом безопасным

на кухне

Не занимайся приготовлением пищи в одиночестве

Старайся пользоваться микроволновкой, установи датчик пожара

Пользуйся небьющейся посудой

Будь внимателен с горячим, не носи кастрюли/чайник с кипятком

в спальне

Используй сигнализаторы приступов для оповещения близких или будь в комнате с кем-либо

Спи на боку с капой

Пользуйся низкой кроватью, подушкой против удушения, отодвинь тумбочку и другие предметы



в ванной

Не закрывайся

Обеспечь наличие резинового коврика, спецтабурета, смесителя с термостатом, надувного круга на шею, душа и поручня на присосках

Старайся принимать душ, а не ванну

Утопление в ванной, водоеме, бассейне, на рыбалке - самая частая причина смерти у человека с эпиприступами



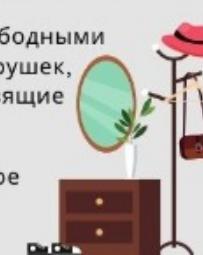
дома

Установи защиту на углы мебели, экраны на батареи отопления

Не пользуйся кухонными приборами и электроинструментом один

Держи полы свободными от проводов, игрушек, нося антискользящие носки

Постели ковровое покрытие

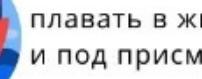


Безопасность в пути

не занимайся скоростным, боевым, подводным спортом



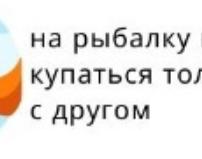
носи эпишлем



плавать в жилете и под присмотром



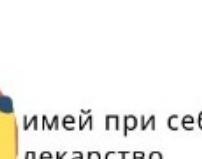
опасайся высоты



на рыбалку и купаться только с другом



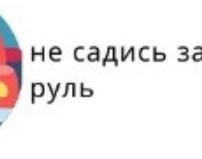
опасайся огня



имей при себе лекарство



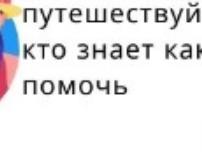
опасайся механизмов



не садись за руль



активируй родным свой GPS, режим SOS, датчик падения



путешествуй с тем, кто знает как тебе помочь



носи инфобраслет, инструкцию для окружающих при приступе