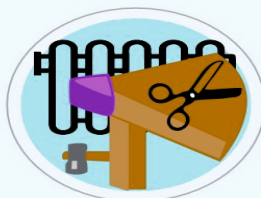


Безопасность при Эпилепсии



Освободи полы от острых предметов. Защита на углы, мягкий ковер на пол, экраны на батареи отопления, безосколочная посуда и стекло.



Не пользуйся электроинструментом и не готовь еду один. Используй СВЧ печь, датчик пожара. Не носи кипятилок.



Используй сигнализаторы припадков (Empatica, Seizario и др.) для оповещения близких или будь с кем-либо в комнате, спи на боку с капой. Пользуйся низкой кроватью, подушкой против удушья breathezy, отодвинь тумбочку. Не пропускай прием лекарств.



Распознай предвестник припадка (ауру) и ляг на бок

В России больше 1 млн эпилептиков. Больше 1000 чел/год гибнет без ТБЭ.com



Предпочти душ. Не закрывайся в ванне, вынь пробку, избегай засоров от волос, используй поручень, термостат



Активируй родным свой GPS, SOS, датчик падения
Путешествуй с тем, кто знает как тебе помочь.
Носи инфобраслет, ПП инструкцию окружающим, защитный ободок, каскетку или эпишапку от удара



Не садись за руль даже на лекарствах. Опасайся высоты, огня, механизмов даже при абсансах.
Нельзя скоростной, боевой, подводный спорт.
Плавай и рыбачь в спасжилете под присмотром.

