

癲癇衛教指導



❖癲癇發作時之處理

1. 解開病人身上的束縛，置柔軟物在病人頭下，以保護頭部，防止在抽搐時碰撞到周圍。
2. 大發作抽搐時，應協助側躺讓口水流出，保持呼吸道通暢，若牙關緊閉勿強行撬開牙齒。
3. 病人抽搐時，勿約束其肢體或嘗試阻止其抽動，應移去堅硬及危險物品以防碰撞。
4. 發作時勿搬動病人，除非位於樓梯間等地方。
5. 勿給予迷信的處理，如收驚、喝符水等。
6. 因聽覺是最後消失、也是最先恢復的感覺，意識尚未恢復前，說話務必輕聲且放慢速度。
7. 觀察並記錄症狀，以協助醫師判斷腦部異常放電的部位，以便給予適當的治療。
8. 發作時應維持舒適安全的姿勢，必要時給予保暖，並陪伴病人至完全清醒。
9. 癲癇發作時，或剛剛發作完畢，都不可讓病人吞食任何流質食物。
10. 觀察發作時的狀況，包括發生時肢體抽搐的情形，從開始到停止的時間「最好記下正確發作時刻」，以及隔多久才恢復知覺等。這些資訊對醫生而言是十分重要的。
11. 一般的發作通常不會超過五分鐘，發作完後看起來很累並且比較嗜睡，此時應將他移至安全的地點，讓他逐漸甦醒。不過假如連續抽搐的時間超過五分鐘，或是接連有兩次的抽搐而中間意識沒有恢復的話，那就趕快送醫處理。

❖ 日常生活

1. 按時吃藥，因為藥物對癲癇的病灶有壓抑作用，若隨便停藥，會造成更大的發作及危險。
2. 避免感染發燒、頭部外傷、聲光刺激等額外的刺激，因為這些都可能使藥物控制的效果減低，而造成發作。
3. 不抽菸及喝酒，如已有喝酒的習慣，請勿突然戒斷，要慢慢減量再戒斷。
4. 保持均衡的飲食及充分的睡眠，避免過度疲勞及熬夜。
5. 駕駛中如癲癇發作可能導致巨大災難，本國法律規定，癲癇病人不得領駕駛執照。
6. 應避免在高危險及聲光刺激強的場所工作。
7. 保持適當運動及正當社交活動，並維持輕鬆愉快心情，避免情緒波動，影響疾病控制。
8. 定期回門診複診，以瞭解疾病控制情形。
9. 建議病人隨身攜帶辨識卡，且告知身邊親友其病情及發作時之處理方式。
10. 鼓勵病友參加互助團體，分享經驗，相互勉勵，建立正確的觀念，讓病人了解仍可上學、上班，維持正常人的生活。
11. 抗癲癇藥物可能會降低避孕藥的效果，同時服用兩種藥物時，應請教醫師。預備懷孕應告知醫師，做好調整藥物及劑量的準備。

參考文獻：

陳敏麗、方妙君、蘇清菁(2019)·神經系統疾病病人之護理·於胡月娟總校閱，內外科護理學下冊(六版，767-776 頁)·台北市：華杏。

