

Epilepsia a škola

Epilepsia je záchvatové ochorenie, ktoré sa klinicky prejavuje opakovanými epileptickými záchvatmi príčina ktorých je v mozgu. Jedná sa o najčastejšie vážne chronické ochorenie mozgu.

Ochorenie môže vyvolávať:

- poruchy správania
- poruchy pozornosti
- poruchy reči
- hyperaktivitu
- ťažkosti s učením prejavujúce sa útlmom
- emočné poruchy
- bradypsichizmus (uľpievanie)

Takmer všetky antiepileptiká môžu viac menej negatívne ovplyvňovať:

- správanie
- znižovať frustračnú toleranciu
- zhoršovať pamäť
- koncentráciu
- spomaľovať psychické tempo

Na tomto mieste treba pripomenúť, že epilepsia nie je choroba v pravom slova zmysle. Je to súbor príznakov, ktorý je prejavom porušenej činnosti mozgu. Ten sám o sebe ešte nehovorí nič o príčine tejto poruchy. Až pokiaľ sa podarí preukázať príčinu porušenej činnosti mozgu, je možné hľadať taký spôsob liečby, ktorý by túto príčinu eliminoval (kauzálna liečba = liečba zameraná na príčinu choroby). Súčasná úroveň poznania stále neumožňuje určiť príčinu epilepsie u všetkých chorých. Treba priznať, že dokonca u väčšiny z nich sa túto príčinu nájsť nedarí. U týchto pacientov prichádza na rad liečba symptomatická (liečba zameraná na odstraňovanie príznakov choroby, v našom prípade najmä na potlácaní záchvatov).

Zásadou liečby epilepsie je:

- zabrániť vzniku záchvatu
- dodržiavať príkazy lekára
- nemeniť svojvoľne dávky liekov a nevynechávať lieky aj keď sa záchvat dlhší čas neobjavuje
- dodržiavať životosprávu

Epilepsia u detí

Epileptické záchvaty sa objavujú u ľudí v ktoromkoľvek veku. U troch štvrtín pacientov s epilepsiou sa objavili prvé záchvatové stavy pred dosiahnutím veku dvadsiatich rokov. Maximum nového výskytu záchvatov je do troch rokov veku a okolo puberty.

V Európe, kde žije asi 400 miliónov ľudí, trpí epilepsiou asi 2 milióny detí. Epilepsia sa tak radí k najčastejším chronickým detským chorobám. Ojedinelý epileptický záchvat ešte nevyhnutne neznamená začiatok epilepsie.

Epileptické dieťa v triede

Dieťa so záchvatovým ochorením vyžaduje predsa len **osobitný prístup**. Záchvatové ochorenie preto nesmú rodičia pred pedagógmi predškolského, alebo školského zariadenia v žiadnom prípade zatajovať (hoci aj s dobrým úmyslom, aby dieťa nebolo z kolektívnej výchovy vyradené). Naopak, precízne informácie podané pedagógom o všetkých prejavoch ochorenia dieťaťa od rodičov a tiež od ošetrojúceho neurológa sú základom jeho bezproblémového začlenenia. Pedagógov je potrebné informovať aj o prípadných poruchách správania, ktoré sa u časti detí (nielen s epilepsiou) môžu objavovať.

Každý rodič túži po zdravom a krásnom dieťati. Pre rodiča je práve ten jeho potomok najkrajší na svete, bez ohľadu na čokoľvek. Jeho zdravotný stav nie je však vždy schopný naplno ovplyvniť. Pokiaľ sa dieťa nachádza v rodinnom prostredí je eliminácia negatívnych a deštruktívnych dopadov z okolia jednoduchšia. Avšak po vstupe dieťaťa do detského kolektívu geometrickým radom narastá množstvo interakcií a tu už nevyhnutne nastupuje osoba učiteľa. Subjektívno-emocionálne hľadisko pre rodiča prirodzené, tu nahrádza pedagogické majstrovstvo s individuálnym humánnym prístupom a tvorivou empatiou.

Komunikácia rodič - pedagóg

- nevyhnutnosťou rodiča je podať pedagógovi informácie o: priebehu ochorenia, vedľajších sprievodných javoch (napr. poruchy správania) ako aj o eliminácii nepriaznivých vzruchov, ktoré môžu ochorenie zhoršiť

Komunikácia pedagóg - rodič

- nemenej dôležitá je pravidelná spätná väzba so zreteľom na špecifiká - vyzdvihnúť predpoklady, vlohy dieťaťa spolu s pokrokmi, ktoré sa mu podarilo urobiť

Dieťa s EPI v detskom kolektíve

- prostredníctvom komunity vytvoriť vhodnú atmosféru na vysvetlenie problému s možnosťou vyjadriť vlastný názor
- základné informácie je možné podávať v prítomnosti dieťaťa, alebo bez neho v závislosti od toho ako je vysporiadané s vlastným hendikepom

Epileptický záchvat

Epileptický záchvat je náhly, prechodný patologický stav v mozgu, ktorý sa prejavuje senzorickými, motorickými, elektrofyziologickými a biochemickými príznakmi.

PRÍČINY ZÁCHVATU

- nedostatok spánku
- horúčka
- vyčerpanie
- niektoré lieky

Prvá pomoc pri veľkom – generalizovanom epileptickom záchvate:

Ak ste svedkom epileptického záchvatu:

- Zachovajte pokoj a rozvahu.
- Položte dieťa na bok, aby mu nezapadol jazyk a aby nevdýchlo sliny, alebo zvratky. Ak je však polohovanie počas krčov príliš ťažké, nepoužívajte pri jeho ukladaní do optimálnej polohy násilie.
- Pod dieťa položte niečo mäkké a uvoľnite mu oblečenie - najmä okolo krku.
- Odstráňte z dosahu všetky predmety, o ktoré by sa mohlo zraniť. Pozor na radiátor, schody, ostré predmety, oheň, a pod.
- Dieťaťom nehýbte, ak to nie je bezpodmienečne nutné, nesnažte sa ho obmedzovať v pohybe, nedávajte mu nič do úst, ani sa nesnažte prichytiť mu jazyk.
- Nesnažte sa dávať dieťaťu nič na pitie ani na jedenie, kým sa nepreberie z bezvedomia.
- Ak dieťaťu v polohe na chrbte zapadne jazyk (napr. ak ho nedokázate obrátiť na bok), zakloňte mu hlavu a snažte sa predsunúť dolnú čeľusť.
- V prípadoch, keď záchvat do 5 minút sám neprestane, je vhodné podniknúť opatrenia na jeho zastavenie. Deťom s opakovanými veľkými záchvatmi ošetrojúci lekár často vopred predpíše liek, ktorého účinnou látkou je roztok diazepam, ktorý je v špeciálnej tube umožňujúcej podanie látky do konečníka (takzvané rektálne podanie). Ak lekár tento postup rodičom odporučí, mali by rodičia poskytnúť liek aj pedagógovi chorého dieťaťa vrátane poučenia, ako s liekom zaobchádzať. Zvyčajne sa v rámci laickej prvej pomoci podáva len jedna dávka diazepam. Opakované podanie je možné až po konzultácii s lekárom.
- „Veľký“ záchvat obyčajne spontánne ustáva do troch minút.
- Pokiaľ vieme, že dieťa trpí epilepsiou a záchvaty malo už v minulosti, nie je nutné privolať lekára.
- Zdravotnícku pomoc kontaktujte vždy, ak ide o prvý záchvat, alebo ak záchvat neodznie ani po 5 minútach, alebo ak po odznení jedného záchvatu nastupuje ďalší záchvat.

Čo sa nesmie pri generalizovanom záchvate:

- Najčastejším omylom je snaha vytiahnuť jazyk. Je to nevhodné a rizikové pre dieťa aj pre vás.
- Nesnažte sa dieťa „prebrať“ – kriesiť akýmkoľvek spôsobom počas záchvatu (potľapkávaním, trasením, vodou, pokusmi o rozdychanie ani nijako inak).
- Nikdy násilne nebráňte krčom, končatiny stiahnuté krčom sa nesnažte narovnávať či natáhovať.
- Čeľuste „zaseknuté“ v krči nikdy násilne neotvárajte a to ani vtedy, ak si dieťa hryzie do jazyka a pri tom krváca.

Po záchvate:

- Odstráňte z úst možnú prekážku, napr. potravu.
- Dieťaťu nebráňte v pohybe, napr. ak sa snaží postaviť.
- Ak zistíte, že išlo o prvý záchvat, okamžite volajte rýchlu zdravotnú pomoc! Kým príde, snažte sa zistiť, či je dieťa zranené, prípadne aj ďalšie informácie - o príbuzných, či užíva lieky, čo záchvatu predchádzalo, a pod. Lekárovi tým môžete významne pomôcť.
- Okamžitý prevoz do nemocnice je nutný v prípade prvého záchvatu, pri poranení, alebo trvajúcej dezorientácii.

- Ak sa záchvat opakuje resp. naň nadväzuje ďalší, je absolútne nevyhnutné zabezpečiť odbornú lekársku starostlivosť, preto okamžite volajte rýchlu zdravotnú pomoc!

Prvá pomoc pri malom epileptickom záchvate (petit mal, parciálny záchvat, absencia, psychomotorický záchvat a pod.):

- Pri absencii (petit mal) trvá záchvat maximálne niekoľko sekúnd, kedy dieťa nevníma.
- Deti s malými záchvatmi zvyčajne vyžadujú iba odvieť do bezpečia, čím sa zabráni poraneniu.
- Aj keď záchvat trvá niekoľko minút, nie je zvyčajne potrebné ho prerušovať podaním lieku. Až pri záchvate dlhšom ako 10 minút je vhodné privolať lekára.
- Nebezpečný môže byť komplexný parciálny záchvat, kedy v správaní dieťaťa sú prítomné automatizmy a nemá nad sebou kontrolu, preto môže byť niekedy aj agresívne. Vtedy bez váhania volať rýchlu zdravotnú pomoc.
- Každý epileptický záchvat by mal byť starostlivo zaznamenaný vrátane okolností, za ktorých sa objavil, ako dlho trval a aké boli jeho prejavy. Učiteľka, alebo vychovávateľka by mala každý záchvat oznámiť rodičom dieťaťa, ktorí obvykle vedú kalendár záchvatov. Presná evidencia záchvatov je dôležitým vodítkom pre ošetrojúceho lekára pre monitorovanie účinnosti nasadenej liečby a tiež pre jej prípadnú zmenu, ak je málo účinná.

Rodiča dieťaťa okamžite kontaktujte a požiadajte ich, aby si prišli pre choré dieťa

- ak sa stav dieťaťa po odznení záchvatu do 15 minút neupravuje
- ak sa záchvaty opakujú
- ak je dieťa dezorientované, zmätené, vystrašené, alebo veľmi unavené
- ak došlo pri záchvate k zraneniu dieťaťa (ak nevyžaduje charakter poranenia lekárske ošetrovanie)
- ak si dieťa, ktoré prekonalo záchvat, samo želá kontakt s rodičmi
- ak si z akéhokoľvek dôvodu neviete s dieťaťom rady (nedarí sa dieťa upokojiť, objavia sa nezvládnuteľné poruchy správania, dieťa sa chová neprirodzene, ak nemáte istotu, že je dieťa v poriadku a pod.)
- ak ste k dieťaťu museli zavolať lekára (informujte rodiča, aký je stav ich dieťaťa, kde sa dieťa momentálne nachádza, alebo komu ste ho zverili do starostlivosti)

Rýchlu lekársku pomoc volajte k dieťaťu s epilepsiou

- ak trvá epileptický záchvat (najmä záchvat s poruchou vedomia, alebo s krčmi) dlhšie ako 10 minút (resp. ak je trvanie záchvatu pre dieťa nezvyčajne dlhé)
- ak sa záchvaty opakujú (najmä záchvaty s poruchou vedomia, alebo s krčmi) niekoľkokrát po sebe
- ak sa stav dieťaťa po záchvate k norme do 15 minút neupraví (najmä ak sú viditeľné poruchy vedomia, poruchy dýchania, poruchy hybnosti, poruchy zmyslového vnímania, poruchy rovnováhy, ťažšie poruchy správania, agresivita, zmätenosť a pod.)
- ak dieťa sa pri záchvate poranilo (pád z výšky, úrazy hlavy, poranenia sprevádzané väčším krvácaním, poranenia zubov, poranenia tváre, zlomeniny končatín, popáleniny a pod.)
- kedykoľvek ak máte pochybnosť, či dieťa neutrpelo skryté poranenie, alebo či nie je ohrozené na živote a na zdraví z iného dôvodu

V súvislosti s epilepsiou

- U väčšiny detí s epilepsiou sledovanie televízie či zábava s počítačom nijako významne nezvyšujú riziko vzniku epileptického záchvatu.
- Počítače, videohry a bežná práca s počítačom, ktorý je odtienený nemá na záchvatovú aktivitu vplyv, ale je nutné to posúdiť individuálne. Napr. u tzv. fotosenzitívnych epilepsiou (3% ľudí s epilepsiou) je väčšia citlivosť na určité svetelné efekty. Títo ľudia by sa mali vyvarovať svetelných zábleskov s rýchlo oscilačným obrazom. Úplne treba vylúčiť hry na princípe virtuálnej reality. Dieťa, ktoré pri televíznych svetelných kontrastoch vyslovene trpí by malo nosiť tmavo tónované sklá okuliarov.
- Pre dieťa s epilepsiou je veľmi dôležité zúčastňovať sa čo najviac aktivít, aby sa vyrovnalo svojim zdravým kamarátom.
- Tieto aktivity je dobré konzultovať s ošetrojúcim neurológom.
- Dbieť, aby dieťa nebolo vystavované nadmernej záťaži a rizikovým športom.
- Určiť dovolený, alebo zakázaný druh športu je individuálne.

EPILEPSIA A ŠPORT

Aktívne využívanie voľného času športom prospieva každému človeku vrátane ľudí s epilepsiou a to nielen pre telesnú kondíciu, ale aj pre zlepšenie psychiky. U každého ochorenia, epilepsiu nevynímajúc, je však potrebné mať dostatok vedomostí, aké bezpečnostné pravidlá je nutné dodržiavať, aby sa minimalizovala možnosť úrazu a naopak, aby z prílišnej obavy zbytočne ľudia s epilepsiou neobmedzovali. Rodičia detí s epilepsiou mali by s ošetrojúcim neurológom prekonzultovať aké športové aktivity môžu ich deti vykonávať. K prehodnoteniu voľného času a športu musí dôjsť aj vtedy, keď pacient mení svoju niekedy dlhodobú terapiu. Pri výbere športu mali by rodičia vychádzať z toho, že v túžbe po športovaní sa zdravé ani choré deti od seba nelíšia, ale na druhej strane nemožno podceňovať, že veľkú zodpovednosť za svoje choré dieťa majú predovšetkým rodičia.

Plávanie - riziká spojené s plávaním sú minimálne, ak je vo vode niekto, kto o Vás vie a hlavne čo v prípade záchvatu má robiť. O človeku s epilepsiou by mal byť informovaný aj plavčík. Ak sa záchvat dostaví, dbáme na to, aby po dobu záchvatu bola hlava nad vodou, snažíme sa dostať plavca do plytkej vody a po skončení záchvatu dostať chorého z vody von. Pre ľudí s epilepsiou platí niekoľko zásad: nikdy neplávajte sami - riskujete, neplávajte ďalej, než do výšky ramien, osobu, ktorá je s Vami informujte o priebehu záchvatu. Ak je kúpalisko či bazén preplnený, odložte radšej plávanie na inokedy. Toto platí aj v prípade, ak sa necítite v dobrej kondícii.

Vodné športy - plachtenie, kanoistika a pod nie sú vylúčené, ak je prítomný niekto, kto v prípade záchvatu môže pomôcť.

Rybárčenie - nikdy nechytajte sami a vzhľadom k zdravotnému stavu sa odporúča kúpiť si záchrannú vestu. Tiež dbajte, aby Vás neoslňovalo slnko a pozor aj na zrkadlenie vo vode.

Pešia turistika - tento druh športu možno odporučiť, ale je opäť potrebné zvážiť, či si môžeme dovoliť ísť na dlhšiu trasu sami. Treba mať dobrú obuv, odev, mapu a dbať na rezervu liekov, napr. aj na nasledujúci deň, pretože sa môžu vyskytnúť okolnosti, ktoré Vám neumožnia vrátiť sa včas.

Cyklistiku - je možné odporučiť, ale vyhýbajte sa jazde na bicykli v hustej mestskej premávke a nikdy bez ochrannej prilby. Najlepšie je jazdiť so sprievodom, ktorý o Vašej chorobe vie.

Jazdu na koni - možno odporučiť, pretože kôň je zdroj pohybových impulzov a preto má význam aj psychoterapeutický. Odporúča sa hipoterapia, najmä pacientom s poruchami pohybovej sústavy k uvoľneniu psychického napätia, k zlepšeniu koncentrácie.

Rehabilitačné cvičenia - ak chce človek zlepšiť svoje zdravie prostredníctvom cvičenia, musia voliť také, ktoré sa mu páči a zlepšuje jeho myseľ. Cvičenie zlepšuje držanie tela a držanie tela je odrazom našej psychiky. Pri zvýšenom psychickom napätí sa zvyšuje aj svalové napätie a pohyb potom človeka vyčerpáva rýchlejšie.

Joga - toto cvičenie priaznivo pôsobí na koncentráciu a upokojenie. Pokojné a uvoľnené pohyby s vyrovnaným dýchaním priaznivo pôsobia na organizmus a v súčasnej dobe sa stávajú súčasťou zdravého životného štýlu. Aj tu je potrebné sa poradiť s trénerom, ale i s neurológom, ktoré cvičenia pri epilepsii je nutné vynechať. Vhodný je súbor cvikov pre udržanie stálej kondície.

Nebezpečnejšie športy, ako napríklad potápanie, lyžovanie znamenajú príliš veľké riziká, preto sa neodporúčajú.

EPILEPSIA A ZÁBAVA

Diskotéky - táto bežná aktivita mladých ľudí nie je epileptikom zakazovaná, pokiaľ to nie je fotosenzitívna epilepsia (vyvarovať sa diskoték so stroboskopickými svetlami – prerušované svetlo) a zásadne nekonzumovať alkohol a dodržať časový režim.

Štatistické údaje

- na Slovensku žije asi 60 000 epileptikov
- každoročne pribudne 2 500 až 3 000 nových pacientov

Vypracovala: Mgr. Tatiana Kohútiková - špeciálna pedagogička ČŠPP pri SZŠ Zvolen

POŽITÁ LITERATÚRA:

VADEMECUM MEDICI Martin, Osveta 2003

Časopisy

MUDr.P. Čížmár, PhD. Astma a škola. In. Mama a ja 9/2005 s. 68-69

Iné zdroje

www.detskamozkovaobrna.cz - Autor: MUDr. Boris Živný

S danou problematikou súvisiace webové stránky

www.zivotsepilepsiou.sk

www.epiklub.sk

ZDRUŽENIA

Združenie občanov Slovenska postihnutých epilepsiou AURA

Viac tu: <http://csppzv.webnode.sk/metodicke-materialy/chori-a-zdravotne-oslabeni/epilepsia2/epilepsia-a-skola/>

Vytvorte si vlastné stránky zadarmo: <http://www.webnode.sk>