

| ELTERNINFORMATION

Psychologische Erste Hilfe

nach erstem epileptischen Krampfanfall





Psychologische Erste Hilfe nach erstem epileptischen Krampfanfall

Ihr Kind hatte einen epileptischen Anfall. Die medizinische Versorgung und Behandlung wurde rasch eingeleitet. Auch wenn Sie danach wieder mit Ihrem Kind nach Hause gehen konnten und sich der erste Schock gelegt hat, bleiben oft noch viele Fragen offen.

Zu erleben, wie das eigene Kind zum ersten Mal einen epileptischen Anfall hat, ist für alle Eltern ein sehr einschneidendes Erlebnis. Sie fühlen sich oft ohnmächtig und verängstigt. Auch für die Geschwister ist so ein Erlebnis nicht einfach. Es kann zu einer sogenannten akuten Belastungsreaktion kommen.

Folgende Symptome können auftreten:

- belastende und sich aufdrängende Erinnerungen und Alpträume
- Angst, Sorgen, Vermeidung gewisser Personen, Orte, Situationen
- Nervosität, Schlafstörungen, Konzentrationschwierigkeiten, übermäßige Vorsicht und Schreckhaftigkeit, Gereiztheit und Aggressivität
- Gedächtnislücken in Bezug auf den epileptischen Anfall, Gefühl «neben sich zu stehen», diffuse körperliche Beschwerden (z. Bsp. Schwindel, Kribbeln, Kopfdruck, Appetitlosigkeit), Schwierigkeiten, das Erlebte in Worte zu fassen
- Niedergeschlagenheit, Traurigkeit

In der Regel klingen diese Symptome innerhalb von ca. 4 Wochen wieder ab oder bessern sich zumindest deutlich. Sollte dies nicht der Fall sein, empfehlen wir, fachliche Unterstützung bei einer Psychologin oder einem Psychologen in Anspruch zu nehmen. Am einfachsten ist es, wenn Sie dazu Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt fragen. Er oder sie kann Ihnen eine geeignete Fachperson in Wohnortsnähe empfehlen und macht Ihnen die nötige Anordnung, damit die Psychotherapie von der Krankenkasse übernommen wird. Auch auf der Webseite www.psychologie.ch können Sie eine geeignete Fachperson finden. Bei praktischen Fragen rund um das Thema Epilepsie, die Behandlung und den Alltag bietet die Pflegeberatung der Neuropädiatrie Unterstützung.

Falls Sie daran interessiert sind, sich mit anderen betroffenen Eltern oder Elternvereinigungen zu vernetzen, fragen Sie Ihre behandelnde Ärztin/Ihren behandelnden Arzt bei der nächsten Konsultation in der Neuropädiatrie. Das Universitäts-Kinderspital Zürich arbeitet mit der Organisation Epi-Suisse zusammen und bietet regelmässig Eltern- und Kinderkurse im Umgang mit Epilepsie an (sogenannte Famoses-Kurse).

Kontakt

epilepsieberatung@kispi.uzh.ch



UNIVERSITÄTS-
KINDERSPITAL
ZÜRICH

**Das Spital der
Eleonorenstiftung**

Universitäts-Kinderspital Zürich
Steinwiesstrasse 75
CH-8032 Zürich

www.kispi.uzh.ch
Telefon +41 44 266 71 11