

EPILEPSIA

Epilepsia on närvisüsteemi krooniline haigus, mille tunnuseks on korduvad ja mitteprovotseeritud epileptilised hood. Epilepsia on eestlastele tuntud ka langetõve nime all, mis on aga vana, ebatäpne ja eksitav termin. Epilepsia ei ole reeglina päritav haigus.

Epilepsiahaige on tavaline inimene, kes haigushoo korral vajab kaasinimeste mõistvat suhtumist ning abi. Hoogudevahelisel perioodil säilivad nende võimed ja vajadused täielikult.

Millised on epileptilised hood?

Epileptilised hood avalduvad mitut moodi, erinevaid avaldusvorme nimetatakse **hoo tüüpideks**. Hoo tüübid võib jaotada kaheks.

1. **Generaliseerunud hoo** korral kaotab inimene teadvuse, võib kukkuda maha, üle kogu keha tekivad tõmblused, esineda võivad äkilised võpatused ja ka lühiajalised teadvuse väljalülitumised. Mõnikord võib haige hoo ajal keelt või põske hammustada, samuti võib tekkida tahtmatu urineerimine. Hoo ajal haige valu ei tunne.

2. **Fokaalse hoo** puhul haige tavaliselt ei kuku, tekivad tahtele allumatud liigutused jäseme(te)s või näos. Teadvuse säilimise puhul ei pruugi muud väljendust ollagi. Fokaalset tüüpi hoogu haiged ise sageli ei pane tähelegi, see võib märkamatuks jääda ka kaaslastele (eriti lapseas).

Hoo tüübi määramiseks on vajalik hoo võimalikult täpne kirjeldus (pealtnägijate abil) ja mõningad uuringud (näiteks elektroentsefalograafia).

Tekkepõhjused

Epilepsia tekkepõhjused võivad olla erinevad:

- ❖ raseduse või sünnituse ajal tekkinud ajukahjustus;
- ❖ mürgistus;
- ❖ ainevahetushäire;
- ❖ peaaju vereringehäire;
- ❖ ajuhaigus või -kasvaja;
- ❖ peaajutrauma;
- ❖ kesknärvisüsteemi infektsioon.

Tihti ei ole võimalik kindlat epilepsia põhjustajat kindlaks määrata.

Ohutus

- ❖ epilepsiat põdev inimene ei tohi juhtida sõidukit;
- ❖ vältige kuumade esemete ja vedelike kandmist ja tõstmist;
- ❖ kuumakahjustuste vältimiseks eelistage mikrolaineahju tavalisele pliidile;
- ❖ paigaldage mööbel ja esemed nii, et kukkudes oleks vigastusoht võimalikult väiksem.

Radiaatorid ja ahjud võiksid olla varjestatud;

- ❖ vannitoas ja WC-s ärge lukustage uksti, soovitatav on paigaldada väljapoole avanevad ukсед;
- ❖ vältige duši alla või vanni minemist, kui olete üksi kodus;
- ❖ kodust väljudes võtke kaasa piisavalt ravimeid;
- ❖ ärge ujuge järelvalveta, paadiga sõites kasutage kindlasti päästevesti.

Ravi

Ravimite abil saab epilepsiahoogusid kontrollida, neid ära hoida või kergemaks muuta. Määratud ravimit tuleb võtta iga päev, sageli kogu ülejäänud elu. Epilepsiaravimite äkiline ära jätmine võib esile kutsuda uusi epileptilisi hoogusid.

Pidage hoogude päevikut! Kirjutage üles hoogude kuupäevad, jälgige hoogude pikkust, kellaega, hoo tunnuseid teadvuskaotuse ja liigutuste osas (küsi julgelt omastelt või märkige oma arvamus). Samuti

jälgige hoogusid mõjutavaid tegureid (väljamagamatus, ravimivõtmise unustamine, palavik, üleväsimus, naistel menstruatsioon jms.).

Vastupidiselt üldlevinud arvamusele pole epilepsia vältimatult eluaegne haigus. Enamusel (kahjuks aga mitte kõigil) epilepsiaga inimestel jäävad hood mingi aja pärast täiesti ära (eriti pidevalt ravimeid võttes) ja nad võivad hoovabalt elada isegi ilma ravimiteta.

Epileptilise hoo esmaabi

Suured (ehk generaliseerunud) hood lakkavad tavaliselt iseenesest umbes 1-5 minuti möödudes (sõltub muidugi konkreetsest juhust). Hoo ajal valutunnetust ei ole.

Mida teha?

- ❖ Jääge ise rahulikuks!
- ❖ Kui ilmnevad hoo eeltunnused (juhul, kui neid on), asetage haige voodile või põrandale ja lödvendage riideid, eriti särgikaelust.
- ❖ Segase käitumise olemasolul suunake haige lähedal asuvatest ohtlikest piirkondadest eemale (sõiduteest, veekogust, kukkumisvõimalustest, teravatest objektidest jms).
- ❖ Vaadake kella, püüdke välja selgitada, kaua on hoog kestnud. Jälgige haiget rahulikult teadvuse taastumiseni.
- ❖ Krambi järel teadvusetult puudub haigel köha- ja neelamisrefleks. Haige võib sellises seisundis tõmmata hingetorusse sülge või oksemasse. Pöörake ta külili, pange ta sellesse asendisse kindlalt lebama.
- ❖ Pärast hoogu on haige pisut uimane, võib-olla unine. Ärge teda segage, las ta lamab (magab) rahulikult. Harva võib pärast hoogu esineda ka rahutus. Sel juhul oodake samuti rahulikult kuni see möödub.
- ❖ Väga pikkade suurte hoogude (krambi osa kestab üle 3 minuti) jaoks võib arst välja kirjutada vastava ravimi - ravimlahusega pärasoole tuubi.

Mida mitte teha?

- ❖ Tähelepanu! Mitte midagi suhu panna! Arvamus, et midagi tuleb hammaste vahele panna, on täiesti vale. Keelde hammustus, kui seda üldse esineb, toimub kohe hoo alguses ja väga suure jõuga. Selle ärahoidmiseks ei saa midagi teha ja see pole enamasti ohtlik. Küll aga on midagi kõva suhu pannes oht hambaid murda, inimest oksele ajada, suud vigastada jms.
- ❖ Ärge püüdke kangestunud lihaseid "lahti murda".
- ❖ Ärge pakkuge haigele hoo ajal juua. Ärge valage haigele vett peale.
- ❖ Ärge püüdke teda elustada.
- ❖ Ärge püüdke lödva teadvusetuse staadiumis haiget äratada raputamise, kloppimise või nuuskpiiritust nuusutada andmisega. See on lihtsalt kasutu.

Kiirabi on vaja kutsuda, kui

- ❖ Hoo krambi osa on kestnud üle 10 minuti.
- ❖ Haige ei ole teadvusele tulnud 30 minuti jooksul.
- ❖ Ühele hoole järgneb teine hoog 60 minuti jooksul.
- ❖ Hoog on toimunud esimest korda elus.
- ❖ Haige on end tugevalt vigastanud.

KASUTATUD ALLIKAD:

1. Eesti Epilepsialiit. Mis on epilepsia? (taskuraamat): Tartu.
2. www.epilepsialiit.ee
3. www.hm.ee/index.php?popup=download&id=10908
4. www.kliinikum.ee/narvikliinik/sagedasemad TÜK