

# Epilepsie

## Erste Hilfe beim epileptischen Anfall: Was im Notfall zu tun ist!



### Impressum:

Thomas Porschen  
und Prof. Dr. med. Hermann Stefan

Landesverband für Epilepsie Selbsthilfe  
Nordrhein-Westfalen e.V.  
Postfach 10 09 30  
50449 Köln

E-Mail: [kontakt@epilepsie-online.de](mailto:kontakt@epilepsie-online.de)  
[www.epilepsie-online.de](http://www.epilepsie-online.de)

12.2016/5.000



*epilepsie  
selbsthilfe  
nrw*

## *Erste Hilfe beim epileptischen Anfall: Was im Notfall zu tun ist!*

### **Erste-Hilfe-Maßnahmen**

Für Familienangehörige und ebenso für Freunde und Bekannte von Menschen mit Epilepsie ist es wichtig, über Erste-Hilfe-Maßnahmen bei einem epileptischen Anfall Bescheid zu wissen, damit im Fall des Falles durch richtige Notfallmaßnahmen geholfen werden kann und der Betroffene durch den Anfall nicht zu Schaden kommt. Doch nicht nur Angehörige und Freunde von Menschen mit Epilepsie sollten die Erste-Hilfe-Maßnahmen beim epileptischen Anfall kennen, denn praktisch jeder kann jederzeit in die Situation kommen, „Erste Hilfe“ leisten zu müssen, wenn im Alltag ein Unbekannter einen epileptischen Anfall erleidet.

### **Schutz vor Verletzungen**

Bei einem epileptischen Anfall besteht meistens keine Lebensgefahr. Allerdings müssen Gefahrensituationen erkannt und richtig eingeschätzt werden. Es kann notwendig werden, dass Außenstehende Erste-Hilfe-Maßnahmen ergreifen müssen. Ziel dabei ist es, mögliche Schädigungen und Verletzungen der jeweiligen Person infolge des epileptischen Anfalls zu vermeiden. Denn bei einem Bewusstseinsverlust kann es zu einem Sturz und dadurch zu Verletzungen kommen.

### **Wann helfen?**

In einer überraschend eintretenden Notfallsituation muss rasch entschieden werden, ob Erste-Hilfe-Maßnahmen notwendig sind und wenn ja, in welchem Ausmaß. Einerseits sollen alle erforderlichen Maßnahmen zum Schutz des Betroffenen ergriffen werden, andererseits gilt es, Ruhe zu bewahren und einen „Überaktivismus“ zu vermeiden.

Welche Maßnahmen sinnvoll sind, hängt von der Art und Schwere des epileptischen Anfalls ab. Es muss vor allem zwischen den so genannten „*kleinen Anfällen*“ und dem „*großen tonisch-klonischen Grand mal-Anfall*“ mit Verkrampfungen an Gesicht, Armen und Beinen und Bewusstlosigkeit unterschieden werden.

Bei einem *kleinen epileptischen Anfall* ohne Bewusstseinsverlust oder lediglich eingeschränkter Ansprechbarkeit reicht es in der Regel abzuwarten, bis die Situation überstanden und der Anfall abgeklungen ist. Auch wenn es im Verlauf des Anfalls zur Bewusstseinsstrübung kommt, wie dies zum Beispiel für einen so genannten komplex-fokalen Anfall charakteristisch ist, ist es meist ausreichend, den Betroffenen zu beobachten, bis der Anfall vorüber ist.

Anders sieht das beim *Grand mal-Anfall* aus, der nach außen häufig sehr bedrohlich wirkt. Oberstes Gebot muss es deshalb sein, nicht panisch und übertrieben zu reagieren, sondern Ruhe zu bewahren und die Übersicht zu behalten. Man sollte sich bewusst machen, dass der Anfall relativ rasch, meist innerhalb von 2-3 Minuten, vorüber gehen wird und dass man genau weiß, was zu tun ist.

Erste Hilfe-Maßnahmen sind vor allem wichtig, um die Person vor Verletzungen infolge der Verkrampfungen der Muskulatur und aufgrund der Bewusstlosigkeit und eines möglichen Sturzes zu bewahren. Die betroffene Person soll nicht festgehalten oder fixiert werden. Nach dem eigentlichen Anfall mit Verkrampfungen von bis zu 3 Minuten Dauer kann eine längere Erschöpfungsphase folgen, die nicht mehr Teil des Anfalls ist!

### **Wie kann man beim ankündigenden Anfall helfen?**

Schützende Vorsichtsmaßnahmen können frühzeitig ergriffen werden, wenn der Anfall nicht urplötzlich auftritt, sondern sich durch ein warnendes Vorgefühl, eine so genannte Aura, ankündigt. Dann ist es ratsam, die betreffende Person zu veranlassen, sich hinzusetzen oder besser noch hinzulegen, um das Risiko eines möglicherweise drohenden Sturzes abzuwenden.

Möbel und andere eventuell gefährdende Gegenstände mit spitzen Ecken und Kanten sollten zur Seite geräumt werden. Ist dies nicht möglich, so sollte für eine adäquate Polsterung gesorgt werden, um die Verletzungsgefahr zu mindern. In jedem Fall ist auch darauf zu achten, dass der Betreffende nicht durch Strom, Feuer oder Wasser gefährdet werden kann.

Man sollte gegebenenfalls gefährliche Gegenstände wie Messer oder Scheren vorsichtig aus der Hand nehmen und bei Brillenträgern bei einem sich ankündigenden Anfall vorab die Brille abnehmen. Wenn der

Betreffende einen Notfallausweis mit sich führt, können in diesem außerdem wichtige Hinweise auf sinnvolle Erstmaßnahmen zu finden sein. Auch ist ratsam, sich durch einen Blick auf die Uhr die Zeit des Anfallsbeginns zu merken, um später Angaben über die Anfallsdauer machen zu können.



### **Wie kann man beim plötzlich einsetzenden Anfall helfen?**

Tritt ein großer epileptischer Anfall ohne Vorwarnung plötzlich auf, so muss gegebenenfalls versucht werden, den Betreffenden aus Gefahrenzonen – zum Beispiel aus dem Treppbereich oder von der Straße – herauszuholen. Man zieht ihn dazu am besten am Oberkörper oder Rumpf aus der Gefahrenzone heraus, nicht an den Beinen oder Armen. Durch eine stabile Seitenlagerung kann dem möglichen Ersticken durch Verschlucken oder Erbrechen vorgebeugt werden. Die stabile Seitenlage ist aktuellen Erkenntnissen zufolge sinnvoll, aber nicht „immer“ während der noch anhaltenden Verkrampfungen des Anfalls, da ansonsten die Gefahr einer Schulterverletzung bestehen kann. Während des epileptischen Anfalls sollte vielmehr die Bewegungsfreiheit der betreffenden Person nicht eingeschränkt werden. Die stabile Seitenlage ist jedoch als Lagerung nach dem Abklingen des Anfalls bei noch bestehender Bewusstlosigkeit ratsam.

### **Folgende Punkte sind zu beachten:**

- Die Person sollte seitwärts gelagert werden, um die Luftwege freizuhalten.
- Es besteht stets die Gefahr einer Verengung der Luftwege gegenüber dem Risiko einer Schulterverletzung abzuwägen.
- Bei Erbrechen muss unverzüglich die Seitwärtslagerung erfolgen.
- Dem Patienten sollte ein weicher Gegenstand unter den Kopf gelegt werden, damit er keine Kopfverletzungen erleidet. Falls kein Kissen zur Hand ist, kann man dazu eine Jacke, einen Pullover oder eine Decke nutzen. Um die Atmung zu erleichtern, ist die Kleidung zu lockern, Krawatten, Jacken und Hemden sollten geöffnet werden.
- Keinesfalls sollte während der Verkrampfungen im Anfall ein Gummikeil oder gar ein anderer Gegenstand während des Anfalls zwischen die Zähne geschoben werden in der gut gemeinten Absicht, so Bisswunden zu verhindern. Diese sind in aller Regel deutlich geringer als die Schäden, die man an Zähnen, Kiefer und im Mundbereich durch solche Gegenstände verursacht.

Es kann sein, dass man die helfende Hand einer weiteren Person braucht, wenn zum Beispiel ein Patient aus einer Gefahrenzone herausgezogen werden muss. Schaulustige und „Gaffer“ sollte man aber unbedingt vom Geschehen fernhalten.

### **Wie lange helfen?**

Wichtig ist es, während des gesamten epileptischen Anfalls bei dem Betroffenen zu bleiben. Denn für diesen ist es sehr hilfreich, nach dem Anfall nicht alleine zu sein, sondern jemanden bei sich zu haben und am besten eine Person, die ihm bekannt ist. Es kommt beim Abklingen des epileptischen Anfalls meist zu einer Reorientierungsphase nicht selten mit anschließendem Schlafbedürfnis verbunden, wobei durch direktes Ansprechen abgeklärt werden kann, ob die betreffende Person noch weitere Hilfe benötigt. Wie weit die Orientierung wieder normalisiert ist, können einfache Fragen klären, wie zum Beispiel:

- *Wo befinden Sie sich jetzt?*
- *Welchen Tag haben wir heute?*
- *Wie heißen Sie?*
- *Hatten Sie schon früher epileptische Anfälle?*
- *Haben Sie einen Notfallausweis?*
- *Leiden Sie an einer Zuckerkrankheit?*
- *Brauchen Sie Zucker?*
- *Kann ich Ihnen noch irgendwie helfen?*

Wichtig ist ferner die Frage, ob Angehörige oder möglicherweise ein Arzt verständigt werden soll.

### **Wann den Arzt oder einen Rettungswagen rufen?**

Ein Notarzt oder Rettungswagen muss in der Regel erst gerufen werden, wenn ein epileptischer Anfall länger als fünf Minuten dauert. oder wenn nach dem Anfall weitere Anfälle folgen.

### **Die Telefonnummer des Rettungsdienstes lautet 112**

Diese Telefonnummer gilt EU-weit als Euro-notruf, unter ihr ist in allen Ländern, die der EU angehören, Hilfe zu erreichen. Regional unterschiedlich wird zunächst die Polizei, der Rettungsdienst oder die Feuerwehr erreicht, die den Notruf ihrerseits an die zuständige Stelle weiterleitet. Ein Arzt sollte auf jeden Fall gerufen oder nach dem Anfall aufgesucht werden, wenn es sich um den ersten epileptischen Anfall handelt und selbstverständlich immer auch, wenn die Person sich durch den Anfall Verletzungen zugezogen hat.



### Der Epilepsie-Notfallausweis

Menschen mit Epilepsie sollten im Idealfall einen *internationalen Epilepsie-Notfallausweis* mit sich führen. In diesem Notfallausweis befinden sich neben Angaben zur Person, auch Angaben zur Epilepsie, dem betreuenden Arzt und wichtige Hinweise darauf, welche Notfallmaßnahmen bei dieser Person sinnvoll sind.

### Besondere Notfallmaßnahmen

Es gibt Situationen, in denen Angehörige und ganz allgemein medizinische Laienhelfer wissen sollten, wie ein epileptischer Anfall rasch medikamentös zu behandeln ist. So kann es bei einer länger bestehenden Aura oder bei bekannter Gefahr eines zweiten tonisch-klonischen Anfalles und eventuell auch danach sinnvoll sein, Wirkstoffe wie Diazepam (Handelsname Valium<sup>®</sup>) als Rektaltube oder ein anderes Medikament aus der Gruppe der Benzodiazepine, wie zum Beispiel der Wirkstoffe Midazolam (Handelsname Buccolam<sup>®</sup> - zugelassen für Kinder und Jugendliche) mit Spritze - **ohne Nadel!** - zwischen Wange und Zahnfleisch einführen. Eine solche, den Anfall unterbrechende Gegenmaßnahme darf aber nur erfolgen, wenn diese zuvor mit dem Betroffenen oder dem ihn betreuenden Arzt besprochen wurde.

### **Weiterführende Informationen:**

[www.epilepsie-online.de](http://www.epilepsie-online.de)

Es handelt sich um die Webseite des Landesverbandes für Epilepsie Selbsthilfe Nordrhein-Westfalen gem. e.V..

Neben allgemeinen Informationen zur Epilepsie und einem Verzeichnis der Selbsthilfegruppen gibt es unter der Webadresse auch die Möglichkeit, den Internationalen Epilepsie Notfallausweis (IENA) zu bestellen.

Quellenangabe:

T. Knieß und F.C. Schmitt

Präklinisches Management und

Therapie des epileptischen Anfalles:

Notfallbehandlung

Nervenheilkunde 2014; 33: 313-404.

H. Stefan

Epilepsien: Diagnose und Therapie.

Thieme Verlag 1999