

# Info

## Epilepsie



Mesures de premiers secours  
en cas de crises épileptiques

## CRISES TONICO-CLONIQUES GENERALISEES OU «GRAND MAL»

Le plus important pour toute personne, proche ou non, qui assiste à une «grande» crise, c'est de ne pas paniquer et d'agir avec circonspection, même s'il est normal que l'on s'inquiète. Les gens de passage bien intentionnés mais très agités risquent de faire plus de mal que de bien par des actions irréfléchies. Aussi dangereuse que puisse paraître une crise tonico-clonique généralisée, elle ne met normalement pas en danger la vie de la personne concernée, sans mentionner qu'il est pratiquement impossible de stopper une crise une fois commencée. Si un cri échappe à la personne concernée en début de crise, ce n'est pas un signe de souffrance, mais simplement le bruit de l'air qu'elle aspire ou expulse convulsivement par la trachée et la gorge.

## CRISES TONICO-CLONIQUES GENERALISEES OU «GRAND MAL»

### A FAIRE

Garder le calme, consulter sa montre (début de la crise?).

Aux premiers signes connus d'une crise (p.ex. parce que la personne concernée l'annonce, «regard fixe»), l'aider à s'allonger sur un divan, un lit ou le sol.

Essayer d'éloigner les objets dangereux

- p.ex. petits meubles ou objets pointus, tranchants, durs ou chauds
- si nécessaire retirer en douceur les objets dangereux de la main de la personne concernée (couteau, ciseaux, etc.)
- enlever les lunettes à ceux qui en portent
- Si nécessaire, éloigner la personne concernée des dangers (p.ex. feu ou marches d'escalier) (tirer sur le torse/haut du corps).

Une fois les convulsions terminées, stabiliser sur le côté pour libérer les voies respiratoires et éviter que la salive ou le vomi ne refluent dans la trachée ou les poumons.

Si possible, glisser un objet mou (p.ex. coussin, pullover, etc.) sous la tête.

Desserrer les vêtements pour faciliter la respiration.

Appeler un médecin ou une ambulance si plusieurs crises se succèdent sans que la personne ne revienne à elle, si la crise dure plus de 10 minutes, en cas de blessures ou d'autres complications.

Rester auprès de la personne atteinte jusqu'à ce que la crise soit passée, qu'elle revienne à elle et retrouve tous ses sens.

Proposer de l'aide après la crise:

- p.ex. conduire vers un siège
- offrir de reconduire à la maison
- demander s'il faut appeler quelqu'un
- raconter à la personne le déroulement et la durée de la crise
- év. laisser nom et adresse

## Tous les gestes d'assistance ont pour but d'éviter les complications, surtout les blessures.

Si possible, essayer de soutenir ou d'allonger une personne terrassée par une crise. Pour mieux dégager les voies respiratoires et faciliter l'écoulement de la salive, éventuellement aussi du vomi une fois les convulsions terminées, stabiliser la personne, de préférence en la couchant sur le côté avec les jambes croisées. Chez les personnes âgées, on peut essayer de retirer les prothèses dentaires, mais seulement en tout début de crise. Aussitôt que les mâchoires se serrent dans la phase dite tonique, il est trop tard. Pour déplacer le corps d'une personne en convulsion, par exemple afin de l'éloigner d'une zone dangereuse, la saisir par le haut du corps et non par les extrémités. En tirant sur les bras pendant une crise, on pourrait en effet lui démettre une épaule.

## A NE PAS FAIRE

S'agiter, paniquer, courir dans tous les sens

Essayer de stopper une crise en «raisonnant» la personne concernée, en criant, la secouant, lui tapotant le visage ou lui faisant respirer des sels.

Essayer d'asseoir la personne concernée sur une chaise pendant une crise ou de l'entraîner. Essayer d'immobiliser bras ou jambes, d'ouvrir les mains crispées ou de «réanimer» la personne concernée.

Tenter d'éloigner les personnes concernées en les tirant par les bras (risque de démettre l'épaule).

Tenter de stabiliser sur le côté pendant les convulsions (risque de démettre l'épaule). Tenter d'administrer des antiépileptiques ou autres médicaments (risque que la personne avale de travers).

Tenir la personne concernée, pendant et après la crise (augmente le risque de blessures).

Tenter de desserrer les dents ou de glisser des objets entre la mâchoire supérieure et inférieure (risque de casser les dents ou de se blesser les doigts).

Toujours appeler le médecin et l'ambulance quand on sait qu'une personne souffre d'épilepsie et qu'elle a une crise sans complications.

Laisser une personne seule pendant une crise.

Réveiller ou tenter «d'activer» la personne concernée durant la phase de sommeil qui suit une crise. Donner à boire à la personne directement après la crise (risque d'avaler de travers).

## Ne rien glisser entre les dents

Souvent, les gens croient bien faire en essayant de glisser un objet entre les dents de la personne convulsionnée, par exemple une cuiller ou un stylo à bille. C'est généralement en vain et une fort mauvaise idée en plus, car on risque de casser les dents ou d'infliger d'autres blessures à la personne concernée. Seuls les proches ou des spécialistes qui savent sous quelle forme la crise va se manifester peuvent tenter aux premiers signes de glisser entre les dents de la personne concernée un objet approprié, par exemple un coin en caoutchouc dur spécialement conçu à cet effet.

## Renvoyer les «badauds»

Pour les personnes habituées à leurs crises et qui savent comment les gérer, le pire est souvent de reprendre conscience et d'être entourées d'un attroupement de badauds. Si vous vous trouvez en compagnie d'une personne qui est soudain prise d'une crise ou que vous devenez par hasard le témoin d'un tel événement, vous pouvez beaucoup aider la personne concernée en faisant circuler les curieux, par exemple en leur expliquant que vous avez tout sous contrôle, qu'il ne s'agit que d'une crise tout à fait banale et qu'il n'y a rien à voir.

## CRISES FOCALES AVEC DESORIENTATION

### A FAIRE

Garder le calme (surtout en public et si les autres personnes présentes s'agitent), consulter sa montre (début de la crise?).

Si nécessaire, éloigner la personne concernée d'une zone de danger (p.ex. route ou four).

Essayer d'éloigner les objets dangereux

- p.ex. petits meubles ou objets pointus, tranchants, durs ou chauds
- le cas échéant, enlever doucement les objets dangereux de la main de la personne concernée.

Rester auprès de la personne atteinte jusqu'à ce que la crise soit passée, qu'elle revienne à elle et retrouve tous ses sens.

Proposer de l'aide après la crise:

- p.ex. conduire vers un siège
- offrir de reconduire à la maison
- demander s'il faut appeler quelqu'un
- demander s'il faut appeler une ambulance
- raconter à la personne le déroulement et la durée de la crise
- év. laisser nom et adresse

## CRISES FOCALES AVEC DESORIENTATION (CRISES PSYCHOMOTRICES COMPLEXES FOCALES)

Comme pour les crises tonico-cloniques généralisées, il s'agit surtout de garder son sang-froid. Malgré leur confusion manifeste, il arrive très rarement que les personnes concernées se blessent, même si elles tiennent un couteau à la main ou accomplissent des gestes ou des actes que l'on qualifie d'automatismes.

### Rester auprès des personnes concernées, ne pas les laisser seules.

Il est impossible de stopper une crise une fois qu'elle a commencée. On peut essayer de s'approprier des objets dangereux que la personne concernée tient dans la main ou de l'éloigner d'une zone de dangers. Mais si la personne a l'air de se fâcher ou se défend, on devrait céder très vite pour éviter un affrontement physique.

## ABSENCES

Normalement, une absence ne dure pas plus de 5 à 30 secondes et elle est tellement bénigne qu'aucune mesure de premiers ne s'impose. Les blessures, mouvements incontrôlés, chutes ou autres agissements dangereux sont extrêmement rares. Comme les personnes concernées elles-mêmes sont généralement inconscientes de ce qui s'est passé, il faudrait leur signaler après qu'elles ont eu une crise.

## CRISES FOCALES AVEC DESORIENTATION

### A NE PAS FAIRE

Retenir la personne concernée pendant, et surtout après, une crise.

Laisser une personne seule pendant une crise.

Tenter d'influencer le comportement de la personne concernée durant une crise.

«Activer» rapidement la personne concernée après la crise.



## L'épilepsie peut frapper n'importe qui

Au moins une personne sur cinq est atteinte d'une crise d'épilepsie à un moment ou un autre de sa vie. A peu près un pour cent de la population va souffrir d'épilepsie au cours de sa vie. En Suisse, environ 70'000 personnes sont concernées, dont à peu près 15'000 enfants.

## La Ligue contre l'Epilepsie et ses nombreuses activités

La Ligue Suisse contre l'Epilepsie se consacre à la recherche, l'aide et l'information depuis 1931.

## Recherche

La Ligue contribue à faire progresser les connaissances sur tous les aspects de l'épilepsie.

## Aide

Information et consultation à l'attention:

- des spécialistes de tous les domaines
- des personnes concernées et de leurs proches

## Information

La Ligue contre l'Epilepsie informe et sensibilise le public et favorise ainsi l'intégration des personnes atteintes d'épilepsie.

## Auteur:

Dr. Günter Krämer  
Président de la  
Ligue contre l'Epilepsie

## Informations complémentaires:

Ligue Suisse contre l'Epilepsie  
Seefeldstrasse 84  
CH-8008 Zurich

T +41 43 488 67 77  
F +41 43 488 67 78

info@epi.ch  
www.epi.ch

CP 80-5415-8

## PRIERE DE MARQUER D'UNE CROIX CE QUI CONVIENT, S.V.P.

F D I **Veillez s'il vous plaît m'envoyer:**

- ..... Dépliant «L'épilepsie dans la vieillesse»
- ..... Dépliant «L'épilepsie au masculin»
- ..... Dépliant «Qu'est-ce que l'épilepsie?»
- ..... Dépliant «Causes possibles d'épilepsies»
- ..... Dépliant «Les signes caractéristiques de crises»
- ..... Dépliant «Formes fréquentes de crises»
- ..... Dépliant «Le traitement médicamenteux»
- ..... Dépliant «Premiers secours en cas d'épilepsie»
- ..... Dépliant «L'épilepsie au féminin»
- ..... Dépliant «L'épilepsie et le désir d'enfants»
- ..... Dépliant «L'épilepsie en voyage»
- ..... Programme des manifestations de la Ligue contre l'Epilepsie
- ..... Dépliant «L'épilepsie au volant»
- ..... Liste du matériel d'information
- ..... Revue spécialisée «Epileptologie»
- ..... «Epilepsie News»
- ..... Bulletin(s) de versement pour soutenir  
la Ligue contre l'Epilepsie
- ..... Le guide pour les legs
- ..... Le guide «Epilepsie et assurances»

## Je voudrais/nous voudrions :

- adhérer à la Ligue contre l'Epilepsie en tant que membre individuel et je m'engage à payer au moins 50 francs par an.
- adhérer à la Ligue contre l'Epilepsie en tant que membre collectif et je m'engage à payer au moins 100 francs par an.
- que vous m'appeliez. J'ai des questions concernant l'épilepsie.

## Expéditeur

Nom / Prénom

Profession / Fonction

Rue / No

NPA / localité

Téléphone

Fax

E-Mail

Affranchir, s.v.p.

**Ligue Suisse contre l'Épilepsie**

Seefeldstrasse 84  
CH-8008 Zurich