



# Εάν κάποιος συμμαθητής σου πάθει **επιληπτική κρίση** με σπασμούς, **μείνε ψύχραιμος!**



Είναι μια απλή κρίση και  **σύντομα θα περάσει!**

**Αποφεύγουμε τον πανικό** και την... φασαρία!

Νοιαζόμαστε για την υγεία του συμμαθητή μας, γι' αυτό:

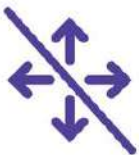
## — Κατά τη διάρκεια της κρίσης: —



**01** Ενημερώνουμε  
τους εκπαιδευτικούς



**02** Χαλαρώνουμε τα ρούχα  
του συμμαθητή μας  
και βγάζουμε τα γυαλιά του  
(εάν φοράει)



**03** Δεν τον μετακινούμε



**04** Δεν προσπαθούμε  
να περιορίσουμε  
τις κινήσεις του



**05** Βάζουμε κάτι μαλακό  
κάτω από το κεφάλι του

**06** Απομακρύνουμε από  
το χώρο **αντικείμενα** που  
μπορεί να προκαλέσουν  
τραυματισμούς



**07** Δεν ανοίγουμε το στόμα του  
και δεν προσπαθούμε  
να βάλουμε κάποιο  
αντικείμενο στο στόμα του.  
**ΔΕΝ** κινδυνεύει  
να καταπιεί τη γλώσσα του!



**08** Δεν προσπαθούμε  
να του δώσουμε κάτι να πει



**09** Εάν η κρίση διαρκέσει πάνω  
από 5 λεπτά, **κάλεσε βοήθεια**,  
ένας γιατρός θα περιμένει  
τον φίλο σου



## — Μετά την κρίση: —



**01** Τον γυρνάμε  
μαλακά στο πλάι

**02** Όταν επανέλθει, **δείχνουμε  
κατανόηση** και τον βοηθάμε



# Δώσε το **ΣΤΙΓΜΑ** σου, μην τον **ΣΤΙΓΜΑΤΙΖΕΙΣ!**

# ΘΥΜΗΣΟΥ, είναι ο **ΦΙΛΟΣ** σου!

