

# ДНЕВНИК ПАЦИЕНТА



Межрегиональный благотворительный  
общественный фонд помощи больным  
эпилепсией «Содружество»  
[www.epileptologhelp.ru](http://www.epileptologhelp.ru)

 **IBE** International Bureau  
for Epilepsy

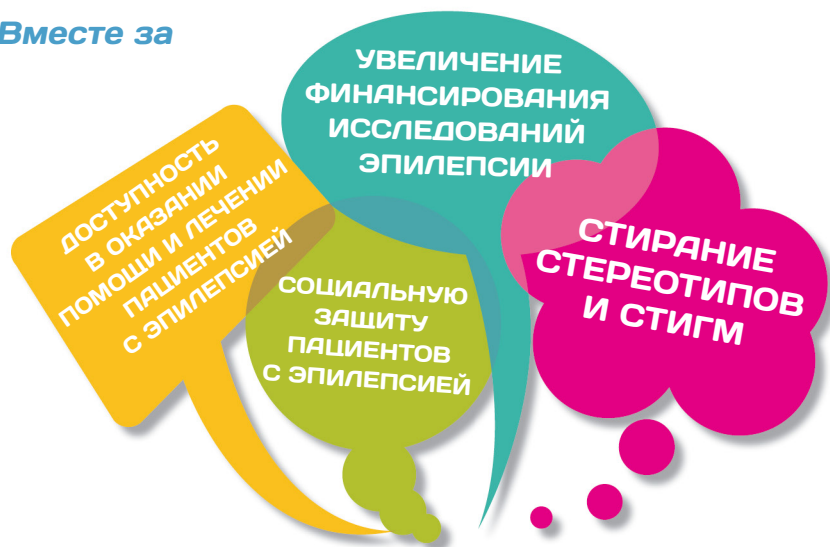


## Международный День Эпилепсии

отмечается ежегодно во второй понедельник февраля

### Эпилепсия – это не только приступы

Вместе за



#epilepsyday

Эпилепсия — заболевание, требующее длительной регулярной антиэпилептической терапии с ежедневным приемом лекарств. Лечение продолжается обычно не менее 3 лет после прекращения приступов. Препараты нужно применять каждый день, обычно 1 или 2 (реже — 3) раза в день, по назначению врача, в одно и то же время суток.

**Для успешного лечения необходимо правильное соблюдение рекомендаций врача!**

Пропуск приема препаратов может привести к срыву ремиссии или значительному ухудшению течения заболевания, а случайный прием слишком большой дозы — к появлению побочных эффектов препаратов.

Ребенок часто неспособен правильно выполнять рекомендации врача и регулярно принимать лекарства. Поэтому контроль за лечением должны обеспечить родители.

Необходимо тщательно регистрировать состояние больного, т.е. вести дневник пациента, в котором отмечают время возникновения и длительность приступов, их характер, ситуацию, с которой они могут быть связаны (повышенная температура тела, недостаточный сон, стресс, пропуск приема препарата), изменения лечения, побочные действия лекарств.

Дневник регулярно заполняет сам пациент или родители больного ребенка. Если у ребенка возникают приступы нескольких типов, нужно отмечать приступы одного типа определенным значком или буквенным обозначением. Дневник наглядно показывает изменение частоты приступов и помогает сделать выводы об эффективности препарата на фоне лечения.

Дневник пациента позволяет оценить не только эффективность, но и переносимость лекарственных средств. Необходимо отмечать необычные изменения в состоянии больного, так как в некоторых случаях они могут быть связаны с приемом препарата (побочные эффекты), но могут носить временный характер или быть связаны с другим заболеванием (например, тошнота и рвота могут быть побочными эффектами терапии, но могут быть и симптомами инфекции или других заболеваний желудочно-кишечного тракта).

**Всегда как можно быстрее информируйте своего врача в случае появления необычных симптомов на фоне приема антиэпилептического препарата!**

Дневник пациента нужно всегда брать с собой в поездки и путешествия и обязательно приносить на каждую консультацию врача.

На обложке рисунок Марии Моргасовой

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

Месяц \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

Дата / время	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Доза/Препарат	Комментарий			
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													
26																													
27																													
28																													
29																													
30																													
31																													

## Прием противоэпилептических препаратов больными эпилепсией в случаях дальних перелетов<sup>1</sup>

Для препаратов, которые принимаются 3 раза в день: следует продолжать их прием через каждые 8 часов.

Для препаратов, которые принимаются 1 или 2 раза в сутки:

### В случае перемещения в западном направлении:

- Если день удлинился менее чем на 3 часа — доза препарата не меняется (следует адаптировать прием препарата к местному времени).
- Если день удлинился на 3-6 часов — принимается  $\frac{1}{4}$  суточной дозы дополнительно при прилете. Далее принимать препарат по местному времени.
- Если день удлинился более чем на 6 часов — принимается  $\frac{1}{2}$  суточной дозы дополнительно при прилете. Далее принимать препарат по местному времени.

### В случае перемещения в восточном направлении:

- Если день укоротился менее чем на 3 часа – доза препарата не меняется (адаптировать прием препарата к местному времени).
- Если день укоротился на 3-6 часов – во время приема следующей дозы (по новому местному времени) уменьшить ее в 2 раза. Далее продолжить прием препаратов по местному времени.
- Если день укоротился более чем на 6 часов – во время приема следующей дозы (по новому местному времени) уменьшить ее в 4 раза. Далее продолжить прием препаратов по местному времени.

## Особые указания

При приеме антиэпилептических препаратов необходимо информировать врача при появлении следующих симптомов:

- Потеря аппетита, тошнота, рвота, боль в животе
- Усталость или апатия, сонливость
- Головокружение, нарушение координации движений, дрожание рук
- Повышение частоты или тяжести эпилептических приступов, появление приступов с другими клиническими проявлениями
- Повышенная кровоточивость (экхимозы, носовые кровотечения)
- Отеки (голена или век)
- Изменение цвета и прозрачности мочи
- Желтушная окраска кожи и слизистых
- Необычные для больного изменения настроения и поведения
- Кожная сыпь

А также любые необычные симптомы, беспокоящие пациента или его родителей, которые появились на фоне приема лекарства.

### Рекомендованные обследования для раннего выявления побочных эффектов антиэпилептических препаратов:

- Общий анализ крови (с тромбоцитами и лейкоцитарной формулой) — ежемесячно в течение первых 6 месяцев приема препарата, далее 1 раз в 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, амилаза, щелочная фосфатаза, билирубин, общий белок, глюкоза, мочевины, креатинин) — через 3 месяца после начала приема препарата, далее — 1 раз в 6-12 месяцев
- Общий анализ мочи (при приеме топирамата) — 1 раз в 6 месяцев
- УЗИ органов брюшной полости — 1 раз в год

### По показаниям, для уточнения характера побочных эффектов, могут быть назначены следующие исследования:

- Коагулограмма (при приеме вальпроатов)
- Биохимическое исследование мочи и УЗИ почек (при приеме топирамата)
- Консультация гинеколога и УЗИ органов малого таза (у девочек-подростков и женщин, принимающих вальпроаты)
- Консультации психолога, психиатра, нейропсихологическое тестирование

Периодичность и сроки обследований следует предварительно согласовывать с врачом.

## Лекарственные травы при эпилепсии

В прошлые века траволечение при эпилепсии применялось очень широко. С лечебной целью при эпилепсии врачи назначали такие травы, как валериана, пассифлора или страстоцвет (*Passiflora incarnata*) (произрастает в Южной и Северной Америке), кава-кава (*Piper methysticum* — перец опьяняющий, растение из семейства перечных), перец черный (*Piper nigrum* — средство традиционной китайской медицины) и витания снотворная (*Withania somnifera*; синонимы: *Physalis flexuosa*, физалис солнечнолистный, зимняя вишня, индийский женьшень — средство Аюрведы).

Необходимо учитывать, что эффективность траволечения не доказана научными методами, в отличие от антиэпилептических препаратов (АЭП). Траволечение ни в коем случае не может быть заменой АЭП\*, и лекарственные травы могут применяться только в качестве дополнительного метода.

В целом любые лекарственные травы (в том числе и для лечения любых других заболеваний) у больных эпилепсией надо применять с осторожностью, так как взаимодействия лекарственных трав и АЭП труднопредсказуемы. Лекарственные травы могут взаимодействовать с препаратами в кишечнике, печени, почках и зоне их действия. Такие взаимодействия могут приводить к изменению эффективности лечения АЭП в связи с изменением концентрации препаратов в плазме, а также к ухудшению переносимости терапии.

Например, применение зверобоя обыкновенного (*St. John's wort*, *Hypericum*) более 2-х недель может приводить к снижению концентрации карбамазепина в плазме.

Некоторые травы обладают проконвульсивным эффектом и могут вызвать приступы и ухудшить их течение у больных эпилепсией.

Эвкалипт, фенхель, иссоп, мята, розмарин, шалфей, можжевельник казачий (*Juniperus sabina*), пижма, туя, живица (терпентин) и полынь могут ухудшать течение эпилепсии и провоцировать эпилептические приступы как при пероральном приеме, так и при применении эфирных масел (ароматерапия, массаж)!

Несмотря на то что лекарственные травы являются лечебными ингредиентами естественного, природного происхождения (они натуральные), это не значит, что они безвредны и безобидны.

Так как некоторые лекарственные травы могут снижать эффективность антиэпилептической терапии и даже провоцировать приступы, пациенты должны обязательно сообщать лечащему врачу о применяемых ими лекарственных травах!

## Определение концентрации в плазме крови

- Концентрацию АЭП в крови нужно определять утром, до приема препарата и до еды (минимальная концентрация). В большинстве случаев бывает достаточно однократного определения концентрации, но иногда важно также определять максимальную концентрацию (через 2-4 часа после приема утренней дозы АЭП).
- В связи с особенностями метаболизма у каждого больного нет прямой зависимости между концентрацией и дозой. При приеме средней терапевтической дозы препарата (рассчитанной на 1 кг веса) у одного пациента концентрация в крови может быть слишком низкой, а у другого — слишком высокой. Слишком низкая концентрация может быть причиной недостаточной эффективности, а слишком высокая — плохой переносимости препарата.
- Важно, что многие новые АЭП (включая ламотриджин, лакозамид, перампанел, зонисамид, руфинамид) не требуют регулярного определения концентрации препарата в крови, что является их преимуществом!
- Фенитоин требует обязательного контроля концентрации в связи с нелинейной фармакокинетикой!
- Ингибиторы ферментов (препараты вальпроевой кислоты) и индукторы ферментов печени (карбамазепин, барбитураты) также требуют контроля концентрации в крови в связи с возможностью лекарственных взаимодействий.
- Перед исследованием необходима консультация врача.

## При возникновении сопутствующего заболевания

- Стараться избегать самолечения, т.к. возможны лекарственные взаимодействия препаратов, приводящие к изменению уровня концентрации АЭП.
- Не рекомендуется самостоятельно отменять или менять схему противоэпилептической терапии. Пропуски приёма АЭП могут привести к ухудшению течения эпилепсии.
- По всем вопросам, связанным с лечением заболевания, необходимо проконсультироваться со специалистом.

\*АЭП — антиэпилептические препараты.

Выражаем благодарность за спонсорскую поддержку компании ООО «Эйсай».

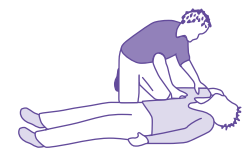
# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ при судорожном приступе

Судорожный приступ может случиться у любого человека. Это состояние пугает окружающих, особенно увидевших его впервые. Приступ невозможно ни предотвратить, ни остановить. Важно понимать, что человек в это время ничего не осознает и не испытывает никакой боли. Если вы оказались рядом, самой лучшей помощью будет ваше спокойствие и необходимость соблюдения следующих правил.

## Что НЕЛЬЗЯ делать ни в коем случае:

- Разжимать человеку зубы, придерживать язык или вставлять какие-либо предметы в рот.
- Переносить человека с места, где случился приступ, если только оно не является опасным для жизни.
- Пытаться насильственно сдерживать судорожные движения.
- Делать искусственное дыхание или массаж сердца.
- Пытаться дать выпить воды или какие-либо лекарственные препараты.

## Что СЛЕДУЕТ делать:



- Защитите голову больного от возможной травмы, подложив что-нибудь мягкое под голову (свернутую одежду, полотенце и т.п.).
- Освободите окружающее пространство от мебели, режущих предметов в целях предотвращения травмы больного эпилепсией.
- Освободите от тесной одежды.
- Поверните голову набок для предотвращения западения языка и попадания слюны в гортань.
- При возникновении рвоты осторожно поверните голову набок для предотвращения аспирации рвотных масс и попадания их в легкие.
- После того как судорожные движения прекратились, поверните человека на бок.
- Проверьте, если дыхание затруднено, не блокируют ли заднюю часть гортани слюна, рвотные массы или зубные протезы.

Судороги прекратятся сами собой через несколько минут. После окончания приступа могут возникнуть спутанность сознания, слабость или сонливость. Оставайтесь рядом до того момента, когда человек придет в сознание. При необходимости помогите организовать доставку пострадавшего домой. Если приступ продолжается больше 5-10 минут или приступы следуют один за другим, или человек получил травму, необходимо вызвать скорую помощь.