



עזרה ראשונה בזמן פרכוסים - עשה ואל תעשה!

1. להישאר תמיד עם האדם המפרכס עד שהפרכוס מסתיים והוא חוזר למצבו הבסיסי.
2. למדוד את משך הפרכוס
3. להישאר רגוע, רוב הפרכוסים נמשכים מספר דקות.
4. למנוע פציעות על ידי סילוק חפצים חדים ושברים מהאזור.
5. לסובב את האדם המפרכס על צדו כדי לאפשר להפרשות מהפה להתפנות החוצה.
6. לנסות לאפשר סביבה נוחה, להניח כרית מתחת לראשו אם הוא על הרצפה.
7. לבקש ממישהו נוסף להישאר בקרבת מקום למקרה שיהיה צורך בעזרה.
8. לא להחזיק את האדם המפרכס בכוח.
9. לא להכניס שום דבר לפיו של האדם המפרכס!

להזעיק את שירותי ההצלה במקרים הבאים:

1. הפרכוס נמשך מעל 5 דקות.
2. יותר מ-2 פרכוסים ברצף מבלי שהאדם חזר למצבו הבסיסי בין הפרכוסים.
3. פרכוסים תכופים מהרגיל עבור אותו אדם.
4. קשיים בנשימה או סימני חנק.
5. פרכוס בזמן שהייה במים.
6. חבלה כתוצאה מפרכוס, לדוגמה חבלת ראש לאחר נפילה.
7. האדם מבקש עזרה רפואית.