Behandeling

Eerste epileptische aanval, adviezen en leefregels

Een eerste epileptische aanval hoeft niet meteen epilepsie te zijn. Wel zijn er belangrijke zaken waarmee u rekening moet houden.

De neuroloog laat meestal nog verder onderzoeken doen, zoals een MRI of E.E.G.

(073) 553 23 25
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Adviezen en leefregels

Hier vindt u alle belangrijke informatie

Eerste hulp bij een epilepsie aanval

Informatie voor mensen in uw omgeving

Deze informatie kan mensen in uw omgeving helpen bij wat zij moeten doen als u een aanval krijgt. Er zijn verschillende soorten aanvallen.

Bij een focale aanval met een verlaagd bewustzijn is uw naaste afwezig of niet aanspreekbaar, gedraagt zich vreemd of loopt rond zonder doel.

Bij een gegeneraliseerde aanval (grote aanval) kan uw naaste diep bewusteloos zijn en schokkende bewegingen maken.

Bij de meeste soorten aanvallen is eerste hulp niet nodig. De aanvallen duren maar kort en gaan na een paar minuten vanzelf weer over.

Eerste hulp bij een focale aanval

Bij een focale aanval met een verlaagd bewustzijn kunt u als omstander weinig doen. De volgende adviezen zijn belangrijk:

- Pak de persoon niet beet.
- Houd zaken waaraan iemand zich pijn kan doen op afstand.
- Leid uw naaste voorzichtig weg van gevaar, bijvoorbeeld weg van een drukke straat of water.
- Blijf erbij tot de aanval over is en stel uw naaste gerust.
- Leg uit aan de omgeving dat iemand na de aanval nog wat verward is of vreemd kan reageren, maar daar zelf niets aan kan doen.

Eerste hulp bij een grote aanval

Bij een grote aanval (bewusteloosheid en schudden) is het volgende belangrijk:

- Probeer de aanval niet tegen te houden door het heftige bewegen van armen of benen te stoppen. Dit kan botbreuken of spierscheuren veroorzaken.
- Probeer het hoofd van uw naaste te beschermen, met uw handen of door er een jasje onder te leggen.
- Stop niets tussen de tanden. Een aanval gebeurt vaak zo onverwacht dat u te laat bent om een tongbeet te voorkomen.
- Als de aanval voorbij is, kunt u uw naaste op de zij (stabiele zijligging) leggen om de luchtwegen vrij te houden. Speeksel en eventueel bloed (na tongbeet) kunnen zo uit de mond lopen.
- Maak na de aanval strakke kleding los.
- Geef iemand de tijd om rustig bij te komen, houd andere mensen op een afstand.
- Geef geen water. Vanwege de sufheid is de kans op verslikken groot.

Vraag hulp van een arts als:

- de aanval langer dan 5 minuten duurt;
- er meerdere aanvallen kort na elkaar zijn;
- iemand gewond is geraakt;
- water heeft binnengekregen in een bad of zwembad.

Leefregels

Waar moet u op letten?

Autorijden

Een epileptische aanval kan ernstige gevolgen hebben, tijdens het rijden met de auto, motor, trekker/tractor, vrachtwagen of bus. Na een aanval mag u volgens de wet een periode niet rijden, voor uw eigen veiligheid en die van anderen.

Afhankelijk van de resultaten van de onderzoeken afgesproken door de neuroloog, mag u 3 tot 6 maanden niet rijden na een 1e epileptische aanval.

Voor meer informatie over deelnemen aan het verkeer met verschillende voertuigen vindt u op de website van Epilepsie.nl (https://www.epilepsie.nl/over-epilepsie/verkeer-epilepsie/rijden)

Sporten

Het soort aanvallen en de sport bepalen welk risico u of iemand anders loopt. Zo heeft een grote aanval (tonisch-clonisch) ernstigere gevolgen dan een korte afwezigheid (absence). En een aanval tijdens het racefietsen is meestal ernstiger dan een aanval tijdens het voetballen.

Meer informatie over de verschillende sporten en de risico's ervan na een 1e epileptische aanval, kunt u vinden op de website van epilepsie.nl (https://www.epilepsie.nl/).

In bad gaan en zwemmen

Alleen in bad gaan of alleen zwemmen wordt afgeraden. U kunt namelijk tijdens het baden of zwemmen een aanval krijgen en verdrinken. Als er niemand is die u op u kan letten als u in bad gaat, kunt u beter een douche nemen.

Roken

Roken vergroot de kans op een aanval niet. Wel bestaat het risico dat uw sigaret uit uw hand glijdt tijdens een aanval en brand veroorzaakt.

Uitlokkende factoren

Uitlokkende factoren zijn niet de oorzaak van epilepsie, maar kunnen er wel voor zorgen dat u eerder een aanval krijgt.

Voorbeelden uitlokkende factoren:

- slaaptekort;
- drugs;
- overmatig alcoholgebruik.

Contact opnemen bij een nieuwe aanval

Wie kunt u bellen?

Krijgt u een nieuwe aanval dan belt u tijdens kantoortijden naar de polikliniek Neurologie, telefoonnummer (073) 553 23 25. Bel buiten kantoortijden naar de huisartsenpost.

Vragen

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen dan kunt u die bespreken tijdens uw volgende afspraak bij de polikliniek Neurologie.

Praktische tips

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Uw rechten en plichten als patiënt

Als patiënt heeft u een aantal wettelijke rechten en ook een aantal wettelijke plichten. Hier vindt u een overzicht (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/regels-en-rechten).

Betrokken afdelingen

Neurologie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/neurologie)

Spoedeisende Hulp (SEH) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/spoedeisende-hulp-seh)

Code NEU-151

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis