

Épilepsie : prévenir les complications graves et savoir réagir

La majorité des crises d'épilepsie se résolvent spontanément. Toutefois, dans de rares cas, des complications respiratoires graves peuvent survenir, en particulier dans les minutes qui suivent une crise généralisée tonico-clonique. Une surveillance active et des gestes adaptés peuvent contribuer à éviter un décès.

Pendant la crise :

- Protéger la tête et écarter les objets dangereux.
- Ne rien mettre dans la bouche.
- Ne pas bloquer les mouvements.
- Chronométrer la crise.
- Appeler le 15 ou le 112 si la crise dure plus de 5 minutes, se répète sans reprise de conscience, ou en cas de blessure.

Après la crise : période à risque respiratoire

Les minutes suivant la fin des convulsions constituent une période à risque. La respiration peut être irrégulière ou insuffisante. Une surveillance attentive est essentielle.

- Mettre immédiatement la personne sur le côté (position latérale de sécurité).
- Vérifier que la respiration est présente et régulière (observer les mouvements thoraciques).
- Si la personne ne réagit pas : lui parler fort et la stimuler doucement (tapotement ou friction ferme du sternum).
- Appeler immédiatement le 15 ou le 112 si la respiration est absente, anormale ou si la personne ne reprend pas progressivement conscience.

Prévention au long cours

- Prendre le traitement antiépileptique régulièrement.
- Consulter en cas de crises persistantes.
- Éviter la privation de sommeil et l'alcool excessif.

- Discuter avec le neurologue des mesures de surveillance nocturne si nécessaire.