

# Aider une Personne Ayant une Crise d'Epilepsie



1



Protégez la personne.

Enlevez tout objet autour d'elle.

Mettez-la à l'écart de tout ce qui pourrait lui faire du mal.

2



Assurez-vous que la personne respire correctement.

Si possible : placez quelque chose de confortable sous sa tête et tournez-la sur le côté. Desserrez les vêtements autour de son cou et retirez ses lunettes.

3



Chronométrez la crise. Appelez à l'aide si...

La crise dure plus de 5 minutes, s'il y a des crises répétées, ou si la personne est blessée ou a des difficultés à respirer.

4



Restez avec la personne.

Lorsqu'elle se réveille, rassurez-la et proposez-lui votre aide si nécessaire.

NE JAMAIS tenir une personne lors d'une crise d'épilepsie.



NE PAS mettre quoi que ce soit dans sa bouche, y compris vos doigts, un portefeuille ou des liquides.



[www.sailforepilepsy.org](http://www.sailforepilepsy.org) #sail4epilepsy

