

# 9 februari 2026 - Internationale epilepsie dag

## In elke straat woont een persoon met epilepsie

### Weet jij hoe je kan helpen?

Er bestaan veel verschillende aanvallen.  
Bij de meeste aanvallen kan je niet veel doen.  
Enkele tips om te helpen bij volgende aanvallen zijn:

#### 1. FOCAL AANVALLEN MET VERMINDERD BEWUSTZIJN

*veroorzaken een daling van het bewustzijn en  
uiten zich in verschillende automatismen, bv.  
smakken, plukken aan kleding, rondlopen,  
herhaalde bewegingen, ...*

- Leid de persoon rustig weg uit gevaarlijke situaties
- Stel de persoon gerust na de aanval

#### 2. GEGENERALISEERDE AANVALLEN A. ABSENCES

*veroorzaken een kortdurend bewustzijnsverlies en  
zien eruit als 'dagdromen'.*

- Leid de persoon rustig weg uit gevaarlijke situaties
- Stel de persoon gerust na de aanval

#### B. EEN GROTE OF TONISCH-CLONISCHE AANVAL

*Bij een tonisch-clonische aanval raakt men  
buiten bewustzijn. Men valt op de grond,  
verkrampd en gaat schokken met het lichaam.  
Meestal stopt de aanval na een paar minuten.*

- Blijf kalm & houd de tijd in de gaten
- Zorg dat de persoon zich niet kan kwetsen
- Draai de persoon indien mogelijk op zijn zij om de ademhaling te vergemakkelijken.
- Blijf bij de persoon tot volledig herstel van het bewustzijn
- Steek NOOIT iets in de mond
- Hou de schokkende bewegingen NIET tegen of verplaats de persoon niet TENZIJ er gevaar is.
- Geef NOOIT te drinken tijdens de aanval
- Indien de aanval langer duurt dan 5 min (en je kent de normale duur van de aanval niet), bij ongerustheid, bij duidelijke verwonding, bij meerdere aanvallen kort na elkaar: BEL 112



[www.epilepsieliga.be](http://www.epilepsieliga.be)  
[info@epilepsieliga.be](mailto:info@epilepsieliga.be)



Epilepsiecontactgroep  
[www.epilepsiegroep-ikaros.be](http://www.epilepsiegroep-ikaros.be)  
[ikaros@skynet.be](mailto:ikaros@skynet.be)

