

# Een epileptische aanval? Dit kun je doen!

## Welke aanval zie je?

- Verward, vreemd gedrag, reageert niet.
- Staren, reageert niet.
- Verstijven, schokken en bewusteloos.

## Altijd doen!

- Blijf rustig en blijf erbij, de aanval gaat meestal vanzelf over.
- Pak iemand niet krachtig vast.
- Zorg voor veiligheid.
- Langer dan 5 minuten? Bel 112.



## Wanneer 112 bellen?

- Als je het niet vertrouwt.
- Als iemand gewond is.
- Als de aanval langer dan 5 minuten duurt

## Doen bij schokken en bewusteloosheid



### Houd de tijd bij

- Noteer de begintijd van de aanval.
- Kijk of je SOS-informatie vindt.



### Zorg voor veiligheid

- Haal scherpe voorwerpen weg.
- Verplaats iemand niet.
- Bescherm het hoofd met iets zachts.



### Houd bewegingen niet tegen

- Laat de aanval z'n gang gaan.
- Stop niets tussen de tanden.



### Blijf erbij!

- Stel de persoon en omstanders gerust.
- Blijf erbij totdat iemand helemaal bij is.
- Leg de persoon op de zij.



### Schrijf op

- Wat er gebeurde voor, tijdens en na de aanval.
- Hoe lang de aanval duurde.



Collecte  
31 mei t/m  
6 juni 2026

Maak  
meedoen  
mogelijk



Lees hier  
hun ervaring  
met epilepsie

Meer weten?  
Bel de Epilepsielijn: 030 634 40 64.  
Of kijk op [epilepsie.nl/over-epilepsie](https://epilepsie.nl/over-epilepsie).

Epilepsie  NL

Epilepsie  NL



# Iedere euro telt

**200.000 mensen**

in Nederland hebben epilepsie.



Elk jaar krijgen zeker **11.000 mensen** de diagnose epilepsie.



**30% van de mensen met epilepsie** blijft aanvallen houden. Zij blijven leven in angst en onzekerheid.



Jaarlijks overlijden er **315 mensen** geheel onverwachts aan epilepsie. Dat is bijna één persoon per dag.



**Geef eenmalig en anoniem**  
Scan de QR-code en doneer  
**Liever overmaken?**

NL 71 RABO 0326 3284 08



## Epilepsie tekent onze levens



**Mandy:**

“Mijn dochter Nore heeft stille nachtelijke aanvallen: **ze staart, maakt geen geluid en ligt nagenoeg stil**. Ik zet elke ochtend de wekker om 5 uur om te zien of Nore goed wakker wordt. **Ik hoop op meer begrip voor deze stille vorm van epilepsie en daarom collecteer ik.**”



**Evelien:**

“Mensen onderschatten hoe beperkend en extreem epilepsie kan zijn. **Mijn dochter Vera had 40 tot 60 aanvallen per dag**. Een hersenoperatie heeft haar geholpen, maar dat is niet bij alle kinderen mogelijk. Dat vind ik hartverscheurend. **Ik gun elk kind een leven zonder epilepsie.**”



**Marjolein:**

“Ik hoop dat er steeds nieuwe medicijnen worden ontwikkeld. **Anders is mijn man Dimitri uitgedokterd**. Ik collecteer daarom al 26 jaar en onze kinderen gaan van kleins af aan mee. **Ons hele gezin heeft namelijk met epilepsie te maken.**”



**Lukas:**

“Ik wil in verbinding komen met anderen met epilepsie. Jonge mensen zoals ik. **Ik wil ze inspireren met mijn verhaal**, want ik heb hard gewerkt om gezond te blijven. **Ik ben vooral bezig met wat wél kan.**”