

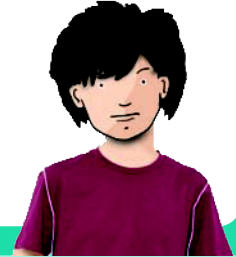
Hallo, ik ben dokter Jesse

"Toen ik op de basisschool zat, kreeg ik opeens epilepsie. Ik wist toen helemaal niet wat dat was.

Bij mij is de epilepsie later overgegaan. Nu ben ik dokter. Ik help kinderen met epilepsie en vertel aan kinderen wat epilepsie is en hoe het werkt.

Lees je mee?

Ik heb ook een filmpje gemaakt. Dat kun je bekijken op www.epilepsie.nl/leerling"



Wat is epilepsie?

"Veel mensen weten niet precies wat epilepsie is. Toch komt epilepsie best vaak voor. In Nederland heeft ongeveer 1 op de 150 mensen epilepsie.

Epilepsie betekent dat iemand aanvallen kan krijgen. Die aanvallen kunnen er heel verschillend uitzien. Soms merkt iemand zelf dat er een aanval komt. Maar vaak merkt iemand er bijna niets van. Tussen de aanvallen door is er meestal niks aan de hand."



Wat gebeurt er in de hersenen?

"Om epilepsie te begrijpen, moet je iets weten over de hersenen. Je hersenen regelen heel veel dingen in je lichaam. Bijvoorbeeld bewegen, praten en nadenken.

In je hersenen lopen kleine elektrische stroompjes. Die noemen we prikkels. Met die prikkels sturen je hersenen opdrachten naar je lichaam. Zo kun je bijvoorbeeld je arm bewegen of iets zeggen.

Meestal gaan die prikkels goed door de hersenen. Maar bij iemand met epilepsie sturen de hersenen soms ineens heel veel prikkels tegelijk. Het lijkt dan een beetje op kortsluiting. Daardoor krijgt iemand een epileptische aanval."



Aanvallen kunnen er heel verschillend uitzien

"Ik had vanaf mijn zesde epilepsie. Ik had **absences**. Dat zijn hele korte aanvallen. Het Engelse woord absence betekent: afwezig zijn. Tijdens zo'n aanval staarde ik even voor me uit. Ik reageerde niet als iemand iets tegen me zei. Als ik in de klas zat te schrijven, stopte ik ineens. Dan zat ik een paar seconden stil voor me uit te kijken. Vaak merkte bijna niemand het. Na een paar seconden ging ik gewoon weer verder. Een keer gebeurde het toen ik aan het fietsen was. Dat was natuurlijk lastiger."



Er zijn ook andere soorten aanvallen

"Bij een **myoclonische aanval** krijgt iemand ineens een korte schok in een arm of been. Soms zijn het een paar schokken achter elkaar.

Een andere aanval heet een **focale aanval**. Ik kende een jongen die zo'n aanval had. Tijdens zijn aanval wist hij even niet meer wat hij aan het doen was. Hij hoorde mensen wel praten, maar begreep het niet en murmelde wat. Soms liep hij wat rond en plukte aan zijn kleren. Of hij maakte smakkende bewegingen met zijn mond. Na de aanval wist hij niet meer wat er gebeurd was."



"Soms heeft iemand een grote aanval. Die noemen we een **tonisch-clonische aanval**.

Bij zo'n aanval:

- raakt iemand bewusteloos
- valt iemand vaak op de grond
- verkrampen de spieren
- en daarna gaat het lichaam schokken

Soms bijt iemand op zijn tong of plast hij in zijn broek. Na de aanval komt iemand weer bij. Die persoon voelt zich dan vaak moe en niet lekker."



Wie kan epilepsie krijgen?

"Iedereen kan epilepsie krijgen. Jong of oud. Beroemd of onbekend. Ook bekende mensen uit de geschiedenis hadden epilepsie. Je kent misschien wel:

- Julius Caesar, een beroemde Romeinse leider
- Napoleon Bonaparte, een machtige heerser in Europa
- Alfred Nobel, naar wie de Nobelprijs is genoemd

Je ziet dus: epilepsie kan bij iedereen voorkomen. Het maakt niet uit wat je doet, of wie je bent, of wanneer je leeft. Iedereen kan epilepsie krijgen."



Hoe krijg je epilepsie?

"Soms weten dokters waardoor iemand epilepsie krijgt. Bijvoorbeeld:

- als een baby bij de geboorte te weinig zuurstof krijgt
- als de hersenen beschadigd raken door een ongeluk
- of door een ziekte in de hersenen

Soms komt epilepsie vaker voor in een familie. Maar als iemand in jouw familie epilepsie heeft, betekent dat niet dat jij het ook krijgt.

Vaak weten dokters niet waardoor iemand epilepsie heeft."

Wat doe je ertegen?

"Als dokters denken dat je epilepsie hebt, gaan ze zoeken naar de beste behandeling. Bijna altijd begint dat met medicijnen. Er zijn veel goede medicijnen tegen epileptische aanvallen. Die kunnen helpen om aanvallen te voorkomen. Medicijnen moet je elke dag innemen. Bij veel kinderen zorgen de medicijnen ervoor dat de aanvallen stoppen. Dat lukt niet altijd. Medicijnen kunnen wel soms bijwerkingen geven, zoals slaperigheid en misselijkheid. Vaak gaan die na een tijdje over.

Andere behandelingen

Soms helpen medicijnen niet genoeg. Dan zijn er ook andere behandelingen, zoals:

- een operatie aan de hersenen
- of een speciaal dieet

Dokters kijken altijd welke behandeling het beste past bij iemand."



Hoe onderzoeken dokters epilepsie?

"Als dokters denken dat iemand epilepsie heeft, doen ze verschillende onderzoeken. Eerst luisteren ze goed naar het verhaal over de aanval of bekijken een filmpje van de aanval. Bijvoorbeeld:

- wat gebeurde er precies?
- hoe zag de aanval eruit?

Ook vragen ze naar vroeger. Bijvoorbeeld naar de geboorte, ziektes of ongelukken.

Daarna doen dokters vaak een EEG-onderzoek. Bij een EEG worden kleine plakkers met draadjes op je hoofd geplakt of je krijgt een soort badmuts met draadjes op je hoofd. Dat ziet er misschien een beetje vreemd uit, maar het doet geen pijn. De draadjes meten de elektrische prikkels in je hersenen. Zo kunnen dokters zien hoe je hersenen werken. Soms doen dokters ook andere onderzoeken, zoals een MRI-scan of CT-scan. Als je daarover meer wilt lezen, zoek de woorden dan op epilepsie.nl."

Kan epilepsie overgaan?

"Soms blijven de aanvallen weg als iemand een paar jaar medicijnen heeft gebruikt. Dan proberen dokters langzaam minder medicijnen te geven. Bij veel kinderen blijven de aanvallen daarna weg. Zo ging het ook bij mij. Ik heb nu geen aanvallen meer."

Kun je alles doen?

"Veel kinderen met epilepsie kunnen bijna alles doen wat andere kinderen ook doen.

Bijvoorbeeld:

- naar school gaan
- sporten
- spelen met vrienden

Soms zijn er wel extra afspraken nodig. Kinderen die nog aanvallen hebben mogen bijvoorbeeld:

- niet alleen zwemmen
- of niet alleen fietsen

Sommige kinderen krijgen sneller een aanval door flikkerend licht of lang naar een scherm kijken."

Hoe kan ik helpen?



Wat kun je doen als iemand een aanval krijgt?

“Bij de meeste aanvallen hoef je niet veel te doen. De aanval gaat meestal vanzelf weer over. Wel is het belangrijk dat iemand zich niet kan bezeeren en dat je bij iemand blijft.

Wat kun je altijd doen?

- Waarschuw een volwassene.
- Blijf rustig.

En heeft iemand een grote aanval met schokken?

- Zorg dan ook dat er geen harde of scherpe dingen in de buurt liggen.
- En leg iets zachts onder het hoofd.

Na de aanval is iemand vaak moe of in de war. Blijf daarom even bij die persoon.”

Erover praten

“Epilepsie kan soms lastig zijn. Maar iemand met epilepsie is niet zelig. Ik vond het juist fijn als andere kinderen vroegen wat er met mij aan de hand was. Dan kon ik uitleggen wat er gebeurde. Door mijn absences miste ik soms stukjes van de les. Mijn vrienden en de juf hielpen mij door dingen nog een keer te vertellen.

Met de praatkaart kun je anderen vertellen over je epilepsie en hoe de epilepsie er bij jou uitziet. Je kan deze downloaden via epilepsie.nl/leerling”



Wil je meer weten?

“Bedankt voor het lezen van mijn verhaal!

Wil je meer weten over epilepsie? Kijk dan op: epilepsie.nl/leerling”

