

Seizure First Aid

How to help someone having a seizure

کمک های اولیه در تشنج

نحوه کمک کردن به فردی که دچار تشنج شده است

1

STAY with the person until they are awake and alert after the seizure.

- ✓ Time the seizure
- ✓ Remain **calm**
- ✓ Check for **medical ID**



تا زمانی که شخص هوشیاری خود را بدست آورد، پیش او بمانید.

- ✓ زمان تشنج را اندازه گیری کنید
- ✓ آرامش خود را حفظ کنید
- ✓ شناسه پزشکی فرد را بررسی کنید

2

Keep the person **SAFE**.

- ✓ Move or guide away from **harm**



از آسیب دیدن فرد جلوگیری کنید

- ✓ او را از چیزهایی که ممکن است به او آسیب برسانند، دور کنید

3

Turn the person onto their **SIDE** if they are not awake and aware.

- ✓ Keep **airway clear**
- ✓ **Loosen tight clothes** around neck
- ✓ Put **something small and soft** under the head



در صورتی که فرد همچنان هوشیار و بیدار نبود، او را به پهلو بچرخانید

- ✓ مجرای تنفسی او را باز کنید
- ✓ یقه لباس فرد را شل کنید
- ✓ یک چیز کوچک و نرم زیر سر او بگذارید

Call
911
if...

- ▶ Seizure lasts longer than 5 minutes
- ▶ Person does not return to their usual state
- ▶ Person is injured, pregnant, or sick
- ▶ Repeated seizures
- ▶ First time seizure
- ▶ Difficulty breathing
- ▶ Seizure occurs in water

در صورت رخداد موارد زیر با ۹۱۱ تماس بگیرید

- ◀ در صورتی که تشنج بیش از ۵ دقیقه طول بکشد
- ◀ فرد دچار تشنج های مکرر شود و به حالت طبیعی برنگردد
- ◀ در صورتی که فرد دچار مصدومیت شود، باردار باشد یا مریض باشد
- ◀ تشنج های مکرر
- ◀ در صورتی که فرد برای اولین بار دچار تشنج شده باشد
- ◀ فرد دچار مشکل تنفسی شود
- ◀ تشنج در آب رخ دهد

Do
NOT

- ✗ Do **NOT** restrain.
- ✗ Do **NOT** put any objects in their mouth.
- ✓ **Rescue medicines can be given** if prescribed by a health care professional

✗ از نگه داشتن بدن فرد در حین تشنج خودداری کنید

✗ از قرار دادن اشیا در دهان فرد، خودداری کنید

- ✓ در صورتی می توان از داروهای نجات بخش استفاده کرد که توسط یک متخصص سلامت تجویز شده باشند

Learn More and Register for Training: epilepsy.org/education

