

30.07.2008 – 10:40 Uhr

Epilepsie: Schluss mit Tabu

Zürich (ots) -

Menschen mit Epilepsie leiden häufig noch mehr unter ihrer Diskriminierung als unter der Krankheit selber, sei das im Beruf oder in der Freizeit. Umso wichtiger sind für sie unbeschwerte Ferientage. Die neuen Informationsflyer der Epilepsie-Liga liefern die Grundlage für einen erholsamen Urlaub.

Bei den meisten Menschen mit Epilepsie bestehen keine Bedenken gegen Reisen. Hektik und Stress sowie grosse Hitze sind ihnen jedoch so wenig bekömmlich wie Gesunden. Wer regelmässig Medikamente einnehmen muss, nimmt am besten einen Vorrat mit, bei Flügen auch ins Handgepäck. Wenn sich bei Fernreisen der Schlaf-Wach-Rhythmus wegen Zeitverschiebung verändert, sollte man versuchen, den gewohnten Rhythmus nicht abrupt, sondern allmählich umzustellen. Tritt trotz der üblichen Vorsichtsmassnahmen eine Magen-Darm-Infektion auf, muss eventuell mal eine zusätzliche Medikamentendosis eingenommen werden als Ersatz für die "verlorene".

Feiern mit Mass

Junge Menschen erwarten von den Ferien nicht nur Erholung, sondern in erster Linie Spass und Abenteuer. Für Epilepsiebetreffende ist bei bestimmten Sportarten Vorsicht geboten. Am, im oder auf dem Wasser bedeutet eine Begleitperson mehr Sicherheit. Bei so genannt fotosensiblen Menschen mit Epilepsie könnte das Stroboskop-Licht in der Disco Anfälle auslösen. Genügend Schlaf und wenig Alkohol sind bei Jugendlichen unbeliebte Ratschläge, aber wenn sie Epilepsie haben wirklich ein guter Tipp.

Bestellungen der Flyer "Reisen" und "Jugend" sowie weitere Auskünfte:

Daniela Erb
Epilepsie-Liga
Seefeldstrasse 84
Postfach 1084
8034 Zürich
Tel.: +41/43/488'67'77
E-Mail: info@epi.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100003946/100566664> abgerufen werden.