

Herramientas para el manejo de las crisis



Para la mayoría de las personas, las crisis epilépticas son problemas crónicos. Los medicamentos pueden controlar las crisis a la mayoría de las personas, pero lleva trabajo. Usted necesita hacer algunas cosas como recordar tomar su medicamento, llevar un registro de sus crisis epilépticas e identificar lo que las desencadena. Si el medicamento no le funciona, tomará un poco más de trabajo descubrir otras maneras de manejar sus crisis epilépticas.

Manejar su epilepsia, también conocida como autocuidado, incluye todo lo que usted y su familia o personas de apoyo hagan para controlar sus crisis epilépticas, controlar como la epilepsia afecta su vida diaria y lograr vivir su vida al máximo potencial posible. Eso no significa que usted tiene que manejar su epilepsia usted solo(a). Sí significa que usted debe trabajar en conjunto con su equipo de cuidado de salud, con su familia, y con otras personas que le pueden apoyar. Aquí puede ver algunos programas que le pueden ayudar.

Sitio web de la Fundación de Epilepsia (Epilepsy Foundation)

Epilepsy.com es el recurso nacional más completo para cualquier persona que esté en la búsqueda de comprender mejor esta condición médica que afecta a 3.4 millones de personas en los Estados Unidos. Aprenda: Ya sea que sólo se le ha dicho que tiene crisis epilépticas, o que quiera aprender más a fin de comprender mejor su epilepsia, puede encontrar información básica y profunda de acuerdo con sus necesidades.

Obtenga Ayuda: Encuentre información, herramientas, recursos en línea, servicios locales y más material que le ayudará a estar a cargo de su propia salud, de su cuidado, seguridad, bienestar y de su vida.

Haga una Diferencia: Involucrarse y darle algo de vuelta a la comunidad que vive con epilepsia puede llegar a ser una forma poderosa de mejorar su vida. Encuentre maneras de involucrarse en la lucha por encontrar nuevas terapias y de hallar una cura y de crear conciencia sobre la epilepsia y las crisis epilépticas.

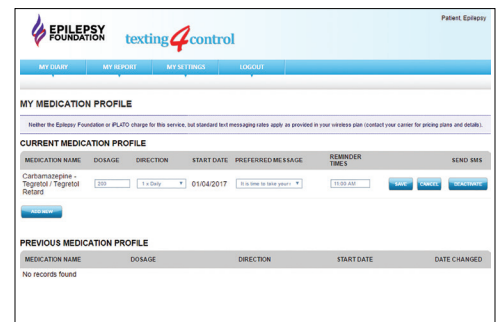
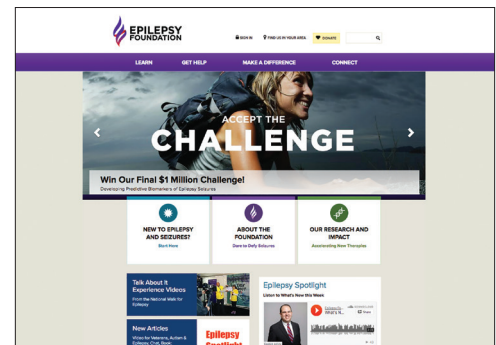
Póngase en contacto: Póngase en contacto con otras personas que están viviendo con crisis epilépticas y epilepsia.

Visite epilepsy.com

Texting4Control

Texting4Control (Texteando para Control) es un tipo de apoyo disponible para las personas con epilepsia. Este servicio envía recordatorios a su teléfono celular para recordarle que tome sus medicamentos para la epilepsia, así como mensajes motivacionales para ayudarlo a mantener una actitud positiva en cuanto a controlar su epilepsia.

Para inscribirse visite www.texting4control.com

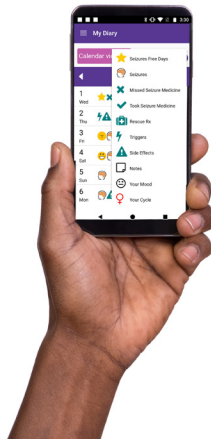


Mi Diario de Crisis Epilépticas

Es un diario de crisis epilépticas gratis que se encuentra en línea y que viene junto con una aplicación para su teléfono inteligente

- Monitoree su salud – lleve un registro de las crisis epilépticas y sus brotes de crisis múltiples a través del tiempo.
- Controle sus medicamentos – lleve un registro de los efectos secundarios, así como de las terapias de rescate.
- Descubra qué es lo que funciona y cuándo se necesita hacer cambios.
- Contiene recordatorios que son fáciles de utilizar para no olvidar tomarse los medicamentos o las citas médicas.
- Comparta sobre sus crisis con un familiar, cuidador o médico.
- Lleve el control de los factores desencadenantes de crisis y de su estilo de vida para así reducir el riesgo de recaídas.
- Organice su historial médico y su plan de respuesta personalizado por crisis epilépticas.
- Comuníquese con mayor facilidad con su equipo médico.

Aprenda más en epilepsy.com/seizurediary



Manage your Epilepsy in One Place

This free tool is designed to help you and your healthcare team take control of managing your epilepsy and seizures.

LEARN MORE ↓

How It Helps

- Log your medicines and seizures**
Keep a list of your seizure types and medicines in one place. Each day, write back your seizures, medicine use and other health events.
- Share your diary information**
Share your diary with a family member, caregiver, or clinician to get more complete data and help you and your team make better decisions.
- Your reminders**
Use customized reminders to get information in your diary, avoid missing medications, keep track of appointments, and rest your medicines on time.
- Your reports**
View your seizure trends and other information in reports that can be used personally or shared with others.
- Take care of your health**
Take an active role in learning about your risks, improving your care, and getting healthy.

The Importance of Managing Your Epilepsy

Monitor Your Seizures

Recording your seizures or spells will help you and your healthcare team better diagnose and manage your health condition.

Optimize your Treatments

Tracking and identifying your seizures will allow your healthcare team to better choose your treatment path.

Adjust your Treatment

Tracking seizures and side effects helps you know how the treatment works and if a change is needed.

Identify and Manage Side Effects

Recording side effects allows you and your healthcare team to see how the medications are affecting you. This information can help make better treatment decisions.

Identify Seizure Triggers

Knowing and modifying your seizure triggers is a key part of managing epilepsy well. Track these triggers and modify your lifestyle to reduce the frequency and severity of seizures.

Learning More and Getting Involved in Your Epilepsy Care

What is My Seizure Diary
NowMatch Reviews My Seiz...

My Seizure Diary Help Center
Why track seizures?
Find simple steps to start getting control of your health here. Email diaryhelp.org for help getting started.

Learn About Managing Epilepsy and Seizures
About Epilepsy:
The Basics
Using Rescue Rx
Seizure Response Plans
Connect with Others