

# Epilepsie

en reizen



**Kan ik met epilepsie met vakantie of op reis?  
Zijn er aandachtspunten of extra risico's waar ik speciaal op kan letten?  
Hoe maak ik in het buitenland duidelijk dat ik epilepsie heb?**

De meeste mensen met epilepsie kunnen gewoon met vakantie of op reis voor werk. Ook als ze nog af en toe aanvallen hebben. Wel is het verstandig om zorgvuldig te bekijken wat de mogelijkheden zijn met uw vorm van epilepsie en u goed voor te bereiden. In deze uitgave geven wij u informatie, aandachtspunten, tips en een checklist voor het reizen met epilepsie. Ook vindt u vertaalde zinnen in verschillende talen om duidelijk te maken dat u epilepsie hebt.

U krijgt deze informatie gratis aangeboden. Het Epilepsiefonds vindt het belangrijk om iedereen zo goed mogelijk te informeren over epilepsie. Wij krijgen geen subsidie van de overheid en zijn volledig afhankelijk van giften. Daarom hebben wij uw steun nodig. **Helpt u mee?**



**Epilepsiefonds**

Kijk voor meer voorlichtingsmateriaal op [www.epilepsie.nl](http://www.epilepsie.nl)  
of bel naar de **Epilepsie Infolijn 030 634 40 64**.



## Inhoud

<b>Informatie, aandachtspunten en tips</b> .....	<b>3</b>
• Vragen tijdens de voorbereiding .....	3
• Mogelijke risico's .....	3
• Keuze voor en tips bij vervoersmiddel .....	4
• Medicijnen mee op reis .....	5
• Medicijnen en vliegen .....	6
• Nervus Vagus Stimulator (NVS) .....	6
• Vaccinaties .....	7
• Verzekeringen .....	7
• Hoe kan ik mijn omgeving laten weten dat ik epilepsie heb? .....	7
<b>Persoonlijke gegevens en checklist</b> .....	<b>8</b>
<b>Zinnen over epilepsie in elf Europese talen</b> .....	<b>10</b>
<b>Meer weten?</b> .....	<b>22</b>
<b>Helpt u mee?</b> .....	<b>23</b>
<b>Over het Epilepsiefonds</b> .....	<b>24</b>

## **In Nederland hebben ongeveer 120.000 mensen epilepsie. Wat is het? Wie krijgt het? En is epilepsie te genezen?**

In Nederland hebben ongeveer 120.000 mensen epilepsie. Dit betekent dat ongeveer 1 op de 150 mensen epilepsie heeft. Veel mensen weten weinig of niks over de aandoening epilepsie. Epilepsie uit zich meestal in aanvallen. De bekendste aanval is de tonisch-clonische aanval, ook wel insult, toeval of grote aanval genoemd. Maar er zijn nog veel andere soorten aanvallen.

In het algemeen geldt:

- Iedereen kan op elke leeftijd epilepsie krijgen.
- Epilepsie komt bij kinderen en ouderen het vaakst voor.
- Bij meer dan de helft van de mensen met epilepsie is de oorzaak onbekend.
- Veel mensen met epilepsie kunnen door de juiste medicijnen aanvalsvrij worden. De omgeving merkt om die reden vaak niet eens dat iemand epilepsie heeft.
- Soms kan epilepsie overgaan, waarna de behandeling in sommige gevallen kan worden afgebouwd.
- In uitzonderlijke gevallen, bijvoorbeeld als medicatie onvoldoende effect heeft, kan de bron van de epilepsie in de hersenen (de epileptische haard) operatief worden weggenomen.
- Epilepsie komt relatief vaak voor bij mensen met een verstandelijke beperking, maar de meeste mensen met epilepsie hebben helemaal geen beperkingen op school of in de maatschappij.

## Informatie, aandachtspunten en tips

**Uw epilepsie hoeft geen belemmering te zijn als u wilt reizen, of het nu voor werk of vrije tijd is. Een goede voorbereiding kan u wel helpen mogelijke problemen te voorkomen en stress te verminderen. Epilepsie kan in meer of mindere mate invloed op iemands leven hebben en kan er bij iedereen anders uitzien. Wij geven u algemene aandachtspunten. U moet zelf kijken of een aandachtspunt of tip op u van toepassing is. Bespreek eventuele vragen of twijfels met uw behandelend arts.**

### Vragen tijdens de voorbereiding

Vragen die u zich kunt stellen voordat u op reis gaat en waar deze uitgave op ingaat, zijn bijvoorbeeld:

- Hoe zien mijn aanvallen eruit en hoe vaak komen ze voor? Welk soort vakantie is haalbaar met mijn type aanvallen? Ga ik alleen of met anderen? Ga ik rondtrekken of blijf ik op één plek?
- Zijn er factoren die bij mij aanvallen uitlokken, en zo ja, welke zijn dat? Is er op vakantie een grotere kans op aanvallen door deze factoren?
- Welke (extra) risico's zou ik door mijn epilepsie op vakantie kunnen lopen?
- Met welk vervoersmiddel kan ik het beste reizen gezien mijn aanvallen?
- Als ik wil vliegen zijn er dan speciale dingen die ik moet navragen of regelen?
- Waar moet ik aan denken met betrekking tot mijn medicijnen?
- Hoe en waar zijn de gezondheidsvoorzieningen (apotheek, ziekenhuis, en dergelijke) op de plaats van bestemming?
- Kunnen eventuele vaccinaties samengaan met mijn aanvallen en/of medicijnen?
- Ik heb een Nervus Vagus Stimulator (NVS). Waar moet ik aan denken?

### Mogelijke risico's

U hoeft geen extra risico's te lopen. Bekijk wel of uw vakantie past bij uw epilepsie. De een kan alles, de ander moet oppassen bij bepaalde activiteiten. Onderstaande punten kunnen u houvast bieden om de risico's zo klein mogelijk te houden.

- Uw dagelijkse activiteiten kunnen anders zijn als u op vakantie of op reis bent. Het verbreken van de regelmaat (andere eet- en slaaptijden, op andere tijden opstaan dan normaal, enzovoorts) kan bij mensen met epilepsie die hiervoor gevoelig zijn tot aanvallen leiden.
- Door een ander ritme kan de kans groter zijn dat u vergeet om uw medicijnen op tijd in te nemen. Het overslaan

of niet op tijd innemen van uw medicijnen vergroot de kans op een aanval. Een medicijnadoos en een medicijnalarm op uw telefoon kunnen van pas komen.

- Zorg bij elke vorm van reizen dat u voldoende kunt uitrusten. Vermoeidheid kan de kans op aanvallen vergroten.
- Regelmatig eten is even belangrijk als voldoende slaap en het geregeld innemen van uw medicijnen. Het kan verstandig zijn om een tussendoortje bij u te hebben. Een lage bloedsuikerspiegel kan bij sommige mensen namelijk aanvallen uitlokken.
- Veel mensen vinden sporten ontspannend en de meeste sporten kunnen ook door mensen met epilepsie beoefend worden. In de webwinkel van het Epilepsiefonds ([www.epilepsie.nl/webwinkel](http://www.epilepsie.nl/webwinkel)) kunt u de gratis uitgave 'Epilepsie, zwemmen en andere sporten' downloaden. Hierin staan adviezen en tips. Met name zwemmen en risicovolle sporten zijn een extra aandachtspunt als u nog aanvallen hebt. Overleg eventueel met uw arts voor advies en neem, als dat nodig is, voorzorgsmaatregelen om uw veiligheid en die van anderen te garanderen.
- Drink niet te veel alcohol (maximaal twee glazen per dag). Veel alcohol kan de werking van uw medicijn beïnvloeden. Daarnaast kan hitte de werking van alcohol versterken.
- Hebt u last van grote aanvallen of aanvallen waarbij u gaat dwalen, ga er dan niet alleen op uit en breng uw reisgenoten op de hoogte hoe ze u kunnen helpen tijdens een aanval.
- Hebt u last van lichtflitsgevoelige epilepsie, draag dan een bril met polaroid glazen. In pretparken is het verstandig de attracties met lichtflitsen en in donkere ruimtes te vermijden. Let bij waterattracties op zonlicht dat weerkaatst op water.

## Keuze voor en tips bij vervoersmiddel

### Auto

- Als u volgens de Nederlandse wet mag auto rijden en dus een geldig rijbewijs hebt, dan geldt die rijgeschiktheid in Europese landen die lid zijn van de EU. Voor andere landen kunt u een internationaal rijbewijs aanvragen.
- Plan bij lange reizen genoeg pauzes in zodat u niet te vermoeid raakt.
- Als u regelmatig zware aanvallen hebt, ga dan in de auto op de achterbank zitten. Zo voorkomt u dat u de bestuurder en uzelf in gevaar brengt, mocht u een aanval krijgen.

### Boot

- Ga nooit te dicht bij de reling van een boot staan. Zeker als het een open reling is.
- De schittering van de zon op het water kan bij sommige mensen met epilepsie de kans op een aanval vergroten. Houd daar rekening mee en draag een zonnebril bij fel licht.

### Vliegtuig

- In sommige gevallen kan het onverstandig zijn te vliegen. Of dit voor u geldt, is afhankelijk van het type aanval, of u speciale medische hulp nodig hebt of als het risico bestaat van een status epilepticus. De vraag of een patiënt wat betreft zijn gezondheid mag vliegen, mag alleen een luchtvaartmaatschappij beantwoorden. Deze is volgens internationale luchtvaartregels verantwoordelijk voor het welzijn van passagiers en kan beslissen of iemand 'fit to fly' is. Uw luchtvaartmaatschappij kan u informeren over de voorwaarden. Veel luchtvaartmaatschappijen volgen de medische richtlijn van de International Air Travel Association (IATA). Over tonisch-clonische aanvallen zegt deze IATA-richtlijn bijvoorbeeld dat als u een tonisch-clonische aanval hebt gehad minder dan 24 uur voor uw vlucht, u een 'fit to fly'-verklaring moet hebben om te mogen vliegen. Als uw aanvallen goed onder controle zijn, hoeft u meestal geen medische verklaring te hebben. U kunt overleggen

met uw neuroloog. Hij kan u adviseren, maar zal geen 'fit to fly'-verklaring afgeven. Dat zult u via de luchtvaartmaatschappij moeten regelen. U bent zelf verantwoordelijk voor de keuze die u maakt.

- Als u nog aanvallen hebt, vlieg dan bij voorkeur niet alleen.
- Als slaaptkort of een ander dag-/nachtritme uitlokkers zijn voor uw aanvallen, vlieg dan bij voorkeur alleen overdag.
- U kunt overwegen het cabinepersoneel te vertellen dat u epilepsie hebt en een aanval zou kunnen krijgen. Zo weten ze wat er aan de hand is als u een aanval krijgt en kunnen ze u helpen, mocht dat nodig zijn.
- Het verblijf in een vlieguig leidt in het algemeen niet tot een toename van aanvallen, al kan het lang stil zitten en de start- en landingsprocedure bij sommige mensen voor stress zorgen. Hierdoor zou iemand een aanval kunnen krijgen als hij/zij daar gevoelig voor is.

### Medicijnen mee op reis

Als u medicijnen gebruikt, zult u die ook op vakantie moeten innemen. Op de website van het Epilepsiefonds ([www.epilepsie.nl/webwinkel](http://www.epilepsie.nl/webwinkel)) kunt u in de webwinkel de gratis brochure 'Epilepsie en medicijnen' downloaden. Hierin staat veel algemene informatie over medicijngebruik. Hierna volgt een aantal aandachtspunten over medicijnen op reis.

- Neem altijd uw medicijnen inclusief de bijsluiter in originele verpakking mee.
- Neem meer medicijnen mee dan de geplande duur van uw reis en verblijf voor het geval uw reis vertraging oploopt of onverwacht verlengd wordt.
- Zorg voor een schriftelijk document waaruit blijkt welke medicijnen u gebruikt. U kunt bij uw apotheek een 'Reisdocument/Medical survey' opvragen met een overzicht van de medicijnen die u gebruikt en de doses die u slikt. U krijgt dan een lijst in het Nederlands en het Engels waarop zowel de merknaam als de stofnaam staat. De merknaam kan namelijk in andere landen anders zijn. De stofnamen zijn overal gelijk. Op de lijst staan ook de adres- en telefoongegevens van uw apotheek. Zo'n lijst kan problemen voorkomen bij de douane. U kunt ook een Europees Medisch Paspoort kopen bij apotheken, huisartsen en ANWB-winkels en dit invullen of in laten vullen. Ook kan het verstandig zijn om uit te zoeken of uw medicijnen te krijgen zijn in het land van uw bestemming. Zoek dan op de stofnaam.
- Als u voor een langere tijd weggaat dan de neuroloog kan voorschrijven, check dan of in het land waar u naartoe gaat, uw middel (stofnaam) verkrijgbaar is.
- Verdeel uw medicijnen over verschillende plaatsen in uw bagage. Zo vermindert u het risico dat u zonder medicijnen zit in geval van verlies of diefstal.
- Bewaar uw medicijnen zo veel mogelijk op een koele, donkere plaats. De apotheker kan u hierover adviseren.
- Een reis of vakantie kan een ander ritme met zich meebrengen. Als u eraan herinnerd wilt worden dat u uw medicijnen moet innemen, zorg dan voor een pillendoos en een medicijnalarm. Er zijn verschillende pillendozen. De apotheek kan u hierover informeren. De epilepsie-app **MedApp** beschikt over een medicijnalarm. Kijk hiervoor op [www.epilepsie.nl/epilepsie-app](http://www.epilepsie.nl/epilepsie-app).
- Voor sommige medicijnen hebt u in het buitenland een speciale verklaring nodig. Dit geldt voor medicijnen die onder de Opiumwet vallen, zoals middelen om de aanval te stoppen, zogenoemde copeermiddelen als diazepam (rectiole), midazolam (neusspray) en het anti-epilepticum fenobarbital. In veel landen is het bezitten en gebruiken van opiumwetmiddelen streng verboden. Het is dus belangrijk dat u weet of uw medicatie onder de

Opiumwet valt. U kunt dit navragen bij uw behandelend arts of controleren in de lijst van medicijnen van het **CAK** ([www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)) bij 'Medicijnen mee op reis'. Om deze middelen legaal mee op reis te nemen, hebt u een speciale verklaring nodig. Er zijn twee verschillende verklaringen. Welke verklaring u nodig hebt, hangt af van het land waar u naartoe gaat. Voor reizen binnen de meeste Europese landen hebt u de Schengenverklaring nodig. U moet minimaal vier weken voor vertrek de procedure starten. Voor reizen buiten het Schengengebied hebt u een Engelstalige medische verklaring nodig. Deze moet vaak bij een ambassade of consulaat aangevraagd worden. Meer informatie kunt u vinden op de website van het **CAK** ([www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)) onder het kopje 'Verklaring'. U kunt ook het CAK hierover bellen: 0800 2108.

- Als u last krijgt van diarree of overgeven, houdt u er dan rekening mee dat de hoeveelheid medicijnen in uw bloed hierdoor beïnvloed kan worden. Het is niet altijd verstandig om een extra dosis te nemen. Vraag uw arts of apotheker naar de snelheid waarmee het geneesmiddel dat u gebruikt, wordt opgenomen en wat u moet doen als u last krijgt van diarree of braken.

### Medicijnen en vliegen

- Zorg dat u voldoende medicijnen bij u hebt in uw handbagage. Neem eventueel een reserverecept mee.
- Zorg in het vliegtuig dat u altijd een beetje water bij de hand hebt, zodat u uw medicijnen kunt innemen, als dat nodig is tijdens de vlucht.
- Houd bij een verre reis bij het slikken van de medicatie rekening met tijdsverschil. Als u door tijdzones vliegt en uw slaappatroon verandert, overleg dan met uw arts hoe u weer in het ritme komt van medicijnen innemen. Het normale aantal uren tussen doses moet gelijk blijven, maar u moet geleidelijk de tijden aanpassen waarop u uw medicijnen inneemt, zodat u zich aanpast aan de nieuwe tijdzone. Uw behandelend arts en/of apotheker kunnen u hierbij helpen. Bij een kort verblijf raden wij u aan om de tijdstippen van inname gelijk te houden aan het innameschema in Nederland en bijvoorbeeld een wekker te zetten en de medicijnen volgens het reguliere schema in te nemen. Dit kunt u met wat water en bijvoorbeeld biscuitjes of crackers doen.
- Het is belangrijk om na te gaan bij welke temperatuur uw medicijnen bewaard kunnen worden. Medicijnen in pilvorm mogen in het vrachtruim, medicijnen in vloeibare vorm niet omdat de temperatuur in het vrachtruim van het vliegtuig ver onder de nul graden komt. Neem deze dus altijd mee in uw handbagage.
- Er gelden strenge regels voor wat er meegenomen mag worden in de handbagage, onder andere wat betreft vloeistoffen en medicijnen. (Vloeibare) medicijnen die een passagier nodig heeft voor de duur van de reis (dit is vlucht en verblijf in het buitenland) zijn toegestaan in de handbagage in grotere hoeveelheden dan de vastgestelde 100 ml. Met een doktersrecept (ook in het Engels), kunt u bij de douane aantonen dat u de middelen voor eigen gebruik nodig hebt. Kijk voor actuele richtlijnen over medicijnen en handbagage op de website van de luchthaven van vertrek en uw luchtvaartmaatschappij.

### Nervus Vagus Stimulator (NVS)

Als u een NVS hebt, vertel dit dan tegen de security op het vliegveld en laat eventueel uw NVS-registratiekaart of een verklaring van de arts zien. De security scanners hebben geen effect op de NVS maar het is mogelijk dat de NVS de metaaldetector laat afgaan. Neem ook een tweede magneet mee op reis en geef deze aan uw medereiziger. Overleg met uw NVS-begeleider of de instellingen van de NVS ongewijzigd kunnen blijven tijdens uw vakantie.

## Vaccinaties

Tegen gele koorts, hepatitis A of B, difterie, tetanus, polio en tyfus kunt u zich zonder bezwaren laten vaccineren. Middelen tegen malaria daarentegen kunnen een risico zijn voor mensen met epilepsie. Problemen kunnen bijvoorbeeld ontstaan bij het gebruik van mefloquine (Lariam) en kinine. En bij doxycycline als u bepaalde anti-epileptica gebruikt.

Voor uw vragen over vaccineren en het gebruik van middelen tegen malaria kunt u contact opnemen met het reizigersspreekuur van de GGD of de apotheek. Over vaccinaties bij kinderen met epilepsie is het verstandig vooraf te overleggen met de behandelend arts.

## Verzekeringen

- Voor iedereen is het belangrijk om goed verzekerd met vakantie te gaan, maar elke verzekeringsmaatschappij hanteert zijn eigen richtlijnen. Controleer dan ook de polis van uw ziektekostenverzekering. Bekijk voor welke kosten u zich in een reisverzekering aanvullend moet verzekeren.
- Elke burger die een basisverzekering heeft afgesloten en voor een tijdelijke periode naar het buitenland gaat voor vakantie en werk, kan kostenloos in aanmerking komen voor een European Health Insurance Card (EHIC). De EHIC geeft recht op medische zorg in het buitenland. Het betekent niet dat u er niet voor hoeft te betalen. De buitenlandse zorgverlener declareert de kosten bij uw zorgverzekeraar. Uw zorgverzekeraar bepaalt vervolgens aan de hand van de door u afgesloten zorgverzekering welke kosten voor uw eigen rekening zijn. U kunt dit navragen bij uw zorgverzekeraar. De EHIC is geldig in een groot aantal Europese landen. Op de website van [EHIC](http://www.ehic.nl) (www.ehic.nl) kunt u lezen welke landen dit precies zijn. U kunt hier ook een EHIC aanvragen. Een aantal verzekeraars heeft de EHIC al op de achterkant van de zorgpas staan. Als dit zo is, hoeft u uiteraard de kaart niet apart aan te vragen.

## Hoe kan ik de omgeving laten weten dat ik epilepsie heb?

Het is verstandig dat u uw reisgenoten inlicht over wat ze moeten doen als u een aanval krijgt.

- Neem iets mee waarop staat wie u bent, wat u hebt en wat omstanders moeten doen in geval van een aanval. U kunt bijvoorbeeld een S.O.S.-armband of -ketting dragen. Of neem een [identiteitskaartje](#) mee en stop dat bijvoorbeeld bij uw telefoon.
- Als u regelmatig aanvallen hebt, neemt u dan uw Epilepsie Aanvalskalender mee. Dit kan een [papieren aanvalskalender](#) zijn of de aanvalskalender in [MedApp](#). Het geeft de arts (in het buitenland) inzicht in de voorgeschiedenis van uw epilepsie en na uw reis geeft het uw eigen behandelend arts informatie over de aanvallen die u hebt gehad.
- Identiteitskaartje en aanvalskalender zijn gratis te bestellen in de webwinkel van het Epilepsiefonds ([www.epilepsie.nl/webwinkel](http://www.epilepsie.nl/webwinkel)).
- In deze uitgave vindt u in elf talen een aantal zinnen die u of uw medereiziger kunnen gebruiken als u een aanval hebt of hebt gehad.

## Hebt u nog vragen?

Bel dan de Epilepsie Infolijn. De Epilepsie Infolijn is bereikbaar via nummer 030 634 40 64 (op werkdagen tussen 9.30 – 16.00 uur)

## Persoonlijke gegevens en checklist

**In dit hoofdstuk kunt u informatie kwijt die belangrijk kan zijn voor uw medereizigers, omstanders of hulpverleners. De checklist kan een geheugensteun zijn bij uw voorbereiding zodat u geen zaken vergeet te regelen.**

### Uw persoonlijke gegevens

Naam: .....

Geboortedatum: .....

Adres: ..... Postcode: .....

Plaats: ..... Land: .....

Telefoonnummer: .....

Paspoortnummer: .....

Verzekeringsnummer: .....

### Telefoonnummers in geval van nood

Emergency Numbers / Notruf / Numéros d'Urgence / Teléfonos de Emergencia

**Vriend** / Friend / Freun(din) / Ami(e) / Amigo (Amiga):

.....

**Familielid** / Relative / Verwandte(r) / Famille / Familia:

.....

**Hotel** / Hotel / Hotel / Hôtel / Hotel:

.....

**Mijn arts** / My doctor / Mein Arzt / Mon médecin / Mi médico:

.....

**Mijn apotheker** / My pharmacist / Mein Apotheker / Mon pharmacien / Mi farmacéutico:

.....

**Alarmnummer** (ambulance voor het land dat u bezoekt) / Ambulance / Krankenwagen / Ambulance / Ambulancia:

.....



## Uw medicatie

Vraag bij de apotheek een reisoverzicht op van uw medicatie (in Nederlands en Engels).

## Checklist

Hieronder volgt een lijst om te controleren of u goed voorbereid bent.

- medicijnen (in originele verpakking en neem extra mee)
- pillendoos
- aanvalskalender
- medische verklaring meenemen noodmedicatie
- verzekeringspapieren (zorgpas met EHIC, reisverzekering)
- persoonlijk aanpassingsplan inname medicijnen (bij wisselende tijdzones)
- advies over wat te doen bij diarree en overgeven
- S.O.S.-armband/-ketting of andere hulpmiddelen zoals identiteitskaartje
- advies over activiteiten

## Zinnen over epilepsie in elf Europese talen

**In het buitenland is het soms moeilijk om duidelijk te maken dat u epilepsie hebt of hoe er gehandeld moet worden als u een aanval hebt (gehad). In de bladzijden hierna vindt u voor uzelf en/of uw medereiziger een aantal zinnen die betrekking hebben op (uw) epilepsie. Ze kunnen gebruikt worden als er informatie gegeven moet worden over uw epilepsie.**

De zinnen zijn in elf talen vertaald. Het zijn talen die gesproken worden in populaire Europese vakantie landen. U kunt ervoor kiezen alleen de taal van uw bestemming uit te printen en mee te nemen. De zinnen die op u van toepassing zijn, kunt u van tevoren aanvinken. Dat zoekt voor u of uw naaste makkelijker als u ze nodig hebt.

Staat de taal van uw vakantiebestemming er niet bij? Kijk dan op de website van de [International Bureau for Epilepsy \(IBE\)](http://www.ibe-epilepsie.org) (www.ibe-epilepsie.org, zoekwoord travellers handbook) voor zinnen in een groot aantal andere Europese talen.

• Deens .....	11
• Duits .....	12
• Engels .....	13
• Frans .....	14
• Grieks .....	15
• Italiaans .....	16
• Noors .....	17
• Portugees .....	18
• Spaans .....	19
• Turks .....	20
• Zweeds .....	21

- Ik heb epilepsie.  
Jeg har epilepsi.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Vil De hjælpe mig?

- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Hvis jeg har et anfald, så:
- bliv hos mig;
  - lad være med at stoppe anfaldet eller at putte noget i min mund;
  - beskyt mig imod læsioner og brud på hovedet.

- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Tilkald kun en ambulance, hvis anfaldet:
- varer længere end ..... minutter;
  - hurtigt efterfølges af et nyt anfald;
  - giver mig læsioner.

- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Vil De ringe efter en læge / ambulance / taxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Jeg har det godt igen om et par minutter / timer.
- Heb ik een aanval gehad?  
Har jeg haft et anfald?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Vil De være venlig, at skrive ned hvad der skete?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Vil De ringe til min ven / min slægtning / mit hotel?

### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis

- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Hvor er den nærmeste læge / det nærmeste apotek / det nærmeste hospital?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Denne medicin er til behandling af min epilepsi.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Har De denne medicin?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Har denne medicin nogen vekselvirkninger med min epilepsimedicin?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Jeg har ikke haft anfald i ..... år.

- Ik heb epilepsie.  
Ich habe Epilepsie.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Können Sie mir bitte helfen?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Wenn ich einen Anfall habe
- bleiben Sie bitte bei mir;
  - versuchen Sie bitte nicht den Anfall zu stoppen oder etwas in meinem Mund zu stecken;
  - passen Sie bitte auf, dass ich mich nicht verletze und stützen Sie meinen Kopf mit einem Kissen.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Bitte rufen Sie einen Krankenwagen nur
- wenn der Anfall länger als ..... Minuten dauert;
  - wenn kurz danach ein weiterer Anfall folgt;
  - wenn ich mich bei dem Anfall verletze.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Können Sie bitte einen Arzt / einen Krankenwagen / ein Taxi rufen?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
In ein paar Minuten / Stunden geht es mir wieder gut.
- Heb ik een aanval gehad?  
Hatte ich einen Anfall?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Können Sie bitte aufschreiben, was passiert ist?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Können Sie bitte meinen Freund (meine Freundin) / meine Verwandte / mein Hotel anrufen?
- ### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Wo ist der nächste Arzt / die nächste Apotheke / das nächste Krankenhaus?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Diese Medikamente sind gegen meine Epilepsie.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Haben Sie diese Medikamente?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Gibt es bei diesem Medikament Wechselwirkungen mit meinen Epilepsie-Medikamenten?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Ich habe seit ..... Jahren keinen epileptischen Anfall mehr gehabt.

## Engels

- Ik heb epilepsie.  
I have epilepsy.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Can you help me, please?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- If I have a seizure, please
- stay with me;
  - do not try to stop the seizure or put anything in my mouth;
  - protect me from injury and cushion my head.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Only call an ambulance if the seizure
- lasts longer than ..... minutes;
  - is followed closely by another seizure;
  - causes me to become injured.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Can you call a doctor / ambulance / taxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
I will be fine in a few minutes / hours.
- Heb ik een aanval gehad?  
Did I have a seizure?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Can you please write down what happened?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Can you call my friend / relative / hotel?
- ### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Where is the nearest doctor's office / pharmacy / hospital?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
These drugs are to control my epilepsy.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Do you have these drugs?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Does this medication have any drug interactions with my epilepsy medication?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
I have been seizure-free for .... years.

## Frans

- Ik heb epilepsie.  
Je suis épileptique.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Pourriez-vous m'aider, s'il vous plaît?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Si j'ai une crise, je vous demanderais
- de rester avec moi;
  - de pas essayer d'arrêter la crise ni de me mettre quelque chose dans la bouche;
  - d'éviter que je me blesse et de me mettre un coussin sous la tête.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Appelez une ambulance uniquement si la crise
- dure plus de ..... minutes;
  - est suivi rapidement d'une autre crise;
  - provoque des blessures.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Pourriez-vous appeler un médecin / une ambulance / un taxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Ça ira mieux dans quelques minutes / heures.
- Heb ik een aanval gehad?  
Est-ce que j'ai eu une crise?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Pourriez-vous noter ce qui est arrivé?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Pourriez-vous appeler mon ami(e) / quelqu'un de ma famille / mon hôtel?

### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis

- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Où se trouve le médecin / la pharmacie / l'hôpital le (la) plus proche?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Ces médicaments sont pour traiter mon épilepsie.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Avez-vous ces médicaments?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Cette médication peut-elle interférer avec ma médication contre l'épilepsie?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Je n'ai pas eu de crise depuis ..... ans.

## Grieks

- Ik heb epilepsie.  
Έχω επιληψία.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Μπορείτε να με βοηθήσετε;
- Als ik een aanval heb:
  - blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.

Αν έχω επίθεση επιληψίας

  - παρακαλώ μείνετε μαζί μου
  - μην προσπαθήσετε να σταματήσετε την επίθεση και μην βάζετε τίποτα στο στόμα μου
  - με προστατέψτε μου από τραυματισμούς και βάλτε κάτι μαλακό κάτω από το κεφάλι μου.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
  - langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.

Τηλεφωνήστε μόνο σε ασθενοφόρο εάν η επίθεση επιληψίας

  - διαρκεί περισσότερο από ..... λεπτά
  - ακολουθείται γρήγορα μια άλλη επίθεση
  - προκαλεί τραυματισμό.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Μπορείτε να καλέσετε γιατρό / ασθενοφόρο / ταξί;

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Θα είμαι καλά πάλι σε λίγα λεπτά / ώρα.
- Heb ik een aanval gehad?  
Είχα επιληπτική κρίση;
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Μπορείτε να γράψετε τι συνέβη;
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Μπορείτε να καλέσετε το φίλο (τη φίλη) / συγγενικό / ξενοδοχείο μου για μένα;
- Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis**
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Πού είναι ο πλησιέστερος γιατρός / φαρμακείο / νοσοκομείο;
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Χρησιμοποιώ αυτά τα φάρμακα για τη θεραπεία της επιληψίας μου.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Έχετε αυτά τα φάρμακα;
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Αυτό το φάρμακο επηρεάζει τη φαρμακευτική αγωγή με επιληψία μου;
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Δεν είχα επιληπτική κρίση για ..... χρόνια.

## Italiaans

- Ik heb epilepsie.  
Ho l'epilessia.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Può aiutarmi, per favore?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Se ho un attacco, per favore
- rimanga con me;
  - non cerchi di bloccare l'attacco e non mi metta niente in bocca;
  - mi aiuti a non farmi male e mi metta qualcosa di morbido sotto la testa.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Chiami un'ambulanza solo se l'attacco
- dura più di ..... minuti;
  - è subito seguito da un altro attacco;
  - mi provoca delle lesioni.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Pùo chiamare un dottore / un'ambulanza / un taxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Mi sentirò meglio tra qualche minuto / ora.
- Heb ik een aanval gehad?  
Ho avuto un attacco?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Per favore, può scrivere quello che è successo?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Può avvertire il mio amico (la mia amica) / il mio parente (la mia parente) / l'albergo?

### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis

- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Dov'è il medico più vicino / la farmacia più vicina / l'ospedale più vicino?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Questi medicinali servono a tenere sotto controllo l'epilessia.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Ha queste medicine?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Con questa medicina posso prendere le mie medicine per l'epilessia senza pericolo di interazioni?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Non ho avuto attacchi per ..... anni.



## Noors

- Ik heb epilepsie.  
Jeg har epilepsi.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Kan du være så vennlig å hjelpe meg?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Jeg har et anfall, vær så vennlig å
- bli hos meg;
  - ikke prøve å stanse anfallet eller putte noe i min munn;
  - beskytte meg mot skader og legge noe mykt under mitt hode.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Tilkall bare ambulanse dersom anfallet
- varer lenger enn ..... minutter;
  - blir etterfulgt av et nytt anfall;
  - fører til skader på meg.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Kan du tilkalle lege / ambulanse / drosje?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Jeg er bra igjen om et par minutter / timer.
- Heb ik een aanval gehad?  
Hadde jeg et anfall?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Kan du skrive ned hva som skjedde?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Kan du ringe etter min venn / min slektning / mitt hotell?
- ### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Hvor er nærmeste legekontor / apotek/ sykehus?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Disse medisinene er for å behandle min epilepsi.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Har du disse medisinene?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Påvirker denne medisinen mine epilepsi-medisiner?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Jeg har vært fri for anfall i ..... år.

## Portugees

- Ik heb epilepsie.  
Sofro de epilepsia.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Por favor, pode ajudar-me?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Se eu tiver um ataque epiléptico, por favor
- fique comigo;
  - não tento parar o ataque epiléptico e não coloque nada na minha boca;
  - tente evitar que me machuque e proteja a minha cabeça com almofadas.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Chame uma ambulância só no caso que o ataque
- dure mais de ..... minutos;
  - seja logo seguido por um outro ataque;
  - me machuque.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Pode chamar um médico / uma ambulância / um táxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Ficarei melhor em alguns minutos / horas.
- Heb ik een aanval gehad?  
Tive um ataque?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Por favor, pode anotar o que aconteceu?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Pode telefonar ao meu amigo (à minha amiga) / ao meu parente (à minha parente) / ao meu hotel?
- ### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Onde fica o consultório médico / a farmácia / o hospital mais perto?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Estas são os meus medicamentos contra epilepsia.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
O senhor (A senhora) tem estes medicamentos?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Esta medicação tem alguma interacção com a minha medicação contra epilepsia?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Eu não tenho ataques epilépticos há ..... anos.

## Spaans

- Ik heb epilepsie.  
Soy epiléptico (epiléptica).

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Por favor, ¿me puede ayudar?
- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Si sufro un ataque epiléptico, por favor
- no me deje solo (sola);
  - no trate de poner fin al ataque o de meter algo en mi boca;
  - protejame de heridas y proteja mi cabeza.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.
- Llame solo a um ambulancia si
- el ataque epiléptico dura más de ..... minutos;
  - a este ataque epiléptico sigue poco después otro ataque;
  - sufro heridas por el ataque epiléptico.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Por favor, ¿puede llamar a um médico / ambulancia / taxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Estaré bien en algunos minutos / algunas horas.
- Heb ik een aanval gehad?  
¿He sufrido un ataque epiléptico?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Por favor, ¿puede escribir lo ocurrido?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Por favor, ¿puede llamar a mi amigo(a) / a mi familia / al hotel?
- ### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
¿Dónde está la consulta de un médico más cercana / la farmacia más cercana / el hospital más cercano?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Estas medicinas sirven para controlar la epilepsia.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
¿Tienen estas medicinas?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
¿Estos medicamentos influyen en los medicamentos que tomo por la epilepsia?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
No he sufrido un ataque epiléptico desde hace ..... años.



- Ik heb epilepsie.  
Epilepsim var

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Bana yardım eder misin?
- Als ik een aanval heb:
  - blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.Epilepsi atağı geçirsem
  - yanimda kal;
  - epilepsi atağını durdurmaya çalışmayın veya ağızımda herhangi bir şey yapmayın;
  - beni yaralanmaya karşı koru ve kafamın altına yumuşak bir şey koy.
- Bel alleen een ambulance als de aanval:
  - langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.Sadece şu durumlarda ambulans çağırın
  - sara nöbetinin ..... dakikadan fazla devam etmesi durumunda;
  - kısa aralıklarla tekrarlanması durumunda;
  - epilepsi yaralanmaya neden olursa.
- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Bir doktoru / ambulansı / taksiyi uyarabilir misin?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Bir kaç dakika / saat sonra kendimi iyi hissedirim.
  - Heb ik een aanval gehad?  
Epilepsi nöbet geçirdim mi?
  - Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Ne olduğunu lütfen yazar mısınız?
  - Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Arkadasimi / Akrabami / Otelimi telefonla arayabilir misiniz?
- ### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis
- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
En yakın doktor muayenehanesi / eczane / hastane nerede?
  - Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Epilepsimi tedavi etmek için bu ilaçları kullanıyorum.
  - Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Bu ilaçlar burada mevcut mu?
  - Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Bu ilaç ile sara ilacım arasında bir ilaç etkileşimi var mı?
  - Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
..... yıldan beri sara nöbetini tutulmadım.

## Zweeds

- Ik heb epilepsie.  
Jag har epilepsi.

### Tijdens een aanval

- Kunt u mij helpen?  
Vill du hjälpa mig?

- Als ik een aanval heb:
- blijf bij me;
  - probeer niet de aanval te stoppen of iets in mijn mond te doen;
  - bescherm me tegen verwonding en leg iets zachts onder mijn hoofd.
- Om jag får ett anfall, vill du
- stanna hos mig;
  - inte försöka stoppa anfallat, och inte stoppa något i min mun;
  - skydda mig mot skador och skydda mitt huvud.

- Bel alleen een ambulance als de aanval:
- langer duurt dan ..... minuten;
  - snel wordt opgevolgd door een volgende aanval;
  - een verwonding veroorzaakt.

Ring bara efter ambulans om anfallat

- dröjer längre än fyra till ..... minuter;
- genast följs av ännu ett anfall;
- orsakar kroppsskada.

- Kunt u een dokter / ambulance / taxi waarschuwen?  
Vill du ringa efter en doktor / ambulans / taxi?

### Na de aanval

- Over een paar minuten / uur ben ik weer in orde.  
Det kommer att gå bättre om några minuter / timmar.
- Heb ik een aanval gehad?  
Fick jag ett anfall?
- Kunt u alstublieft opschrijven wat er gebeurd is?  
Vill du skriva upp vad som hände?
- Kunt u mijn vriend(in) / familielid / hotel voor me bellen?  
Vill du ringa min vän / min familj / mitt hotell?

### Bij de dokter / apotheek / ziekenhuis

- Waar is de (het) dichtstbijzijnde dokter / apotheek / ziekenhuis?  
Var finns närmaste läkare / apotek / sjukhus?
- Ik gebruik deze medicijnen voor de behandeling van mijn epilepsie.  
Det här är mediciner mot min epilepsi.
- Zijn deze medicijnen hier verkrijgbaar?  
Har ni dessa mediciner?
- Heeft dit medicijn invloed op mijn epilepsie-medicijnen?  
Reagerar dessa mediciner med mina mediciner mot epilepsi?
- Ik heb al ..... jaar geen epileptische aanval gehad.  
Jag har inte haft ett anfall på ..... år.

## Meer weten?

Het Epilepsiefonds geeft voorlichting over epilepsie in de vorm van (mondelijke) informatie en advies, ondersteund door een groot assortiment folders, brochures, boekjes en filmmateriaal. Daarnaast is veel informatie te vinden op [www.epilepsie.nl](http://www.epilepsie.nl). Bij het Epilepsiefonds kunt u voorlichtingsmateriaal bestellen. Wij gaan zorgvuldig om met ons geld. Daarom laten wij niet al ons materiaal drukken, maar u kunt veel van onze folders en brochures downloaden van onze website.

### **Epilepsie Infolijn 030 634 40 64**

U kunt de Epilepsie Infolijn voor uiteenlopende zaken bellen, of het nu gaat om algemene informatie over epilepsie of een persoonlijk gesprek. De Epilepsie Infolijn is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 9.30 en 16.00 uur.

### **Epilepsie Magazine**

Wilt u meer weten over epilepsie en op de hoogte blijven van het laatste epilepsienieuws? Neem dan een abonnement op Epilepsie Magazine. Dit magazine verschijnt vier keer per jaar en bevat artikelen over wetenschappelijk onderzoek, ervaringsverhalen van mensen met epilepsie en hun omgeving, medische achtergrondinformatie en nieuws. Abonnees ontvangen het kwartaalblad voor € 20,- per jaar. U kunt ook eenmalig een proefnummer aanvragen. Kijk op [www.epilepsie.nl](http://www.epilepsie.nl) of bel de Epilepsie Infolijn.

### **Patiëntenorganisatie**

Het Epilepsiefonds ondersteunt de Epilepsie Vereniging Nederland, de landelijke patiëntenorganisatie voor mensen met epilepsie en hun omgeving. Voor meer informatie kunt u kijken op [www.epilepsievereniging.nl](http://www.epilepsievereniging.nl).

## Helpt u mee?

Wij krijgen geen subsidie van de overheid en zijn volledig afhankelijk van giften. U kunt ons werk op verschillende manieren steunen:

### 1. Word donateur

Steun ons werk met een bedrag naar keuze. Machtig het Epilepsiefonds een bepaald bedrag periodiek van uw rekening af te schrijven. Kijk op [www.epilepsie.nl/doneer](http://www.epilepsie.nl/doneer).

### 2. Eenmalige gift

Ook uw eenmalige gift is uiteraard meer dan welkom. U kunt uw bijdrage overmaken naar het rekeningnummer (IBAN) NL83 INGB 0000 2221 11 ten name van het Epilepsiefonds in Houten. Kijk op [www.epilepsie.nl/doneer](http://www.epilepsie.nl/doneer).

### 3. Help mee met de landelijke collecte

Wij kunnen uw hulp als collectant goed gebruiken. Hoe meer collectanten, hoe meer geld er opgehaald kan worden voor mensen met epilepsie. Wilt u ook een paar uur **collecteren**? De collecteweek is ieder jaar begin juni.

### 4. Ga mee als vrijwilliger met de vakantiezeisen

Jaarlijks gaan rond de 350 kinderen en volwassenen met epilepsie mee met een vakantiezeis van het Epilepsiefonds. Zij zijn afhankelijk van vrijwilligers die hen begeleiden tijdens een vakantiezeis. Wilt u een weekje mee als **vrijwilliger**? Vraag dan het informatiepakket aan over vrijwilligerswerk voor de vakantiezeisen.

### 5. Organiseer een actie

Bent u sportief, creatief of op wat voor manier dan ook actief? Start dan uw eigen actie en organiseer bijvoorbeeld een etentje voor vrienden, laat u sponsoren tijdens een hardloopwedstrijd of haal de zolder leeg en verkoop uw spullen op de rommelmarkt. Voor meer informatie kunt u kijken op [www.epilepsie.nl/acties](http://www.epilepsie.nl/acties).

**Bel met 030 634 40 63 of kijk op [www.epilepsie.nl](http://www.epilepsie.nl)**

## Over het Epilepsiefonds

Het Epilepsiefonds is het oudste gezondheidsfonds van Nederland. Het fonds is ooit begonnen als De Macht van het Kleine in 1893 en zet zich al meer dan 125 jaar in voor mensen met epilepsie. Het fonds heeft al jaren het CBF-keur voor goede doelen en staat geregistreerd als Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI). Dit betekent dat uw gift aan het Epilepsiefonds fiscaal aftrekbaar is.

Het Epilepsiefonds draagt bij aan het beter begrijpen en behandelen van de aandoening epilepsie. Ook werken we mee aan een betere zorg en een beter leven voor mensen met epilepsie. Het fonds investeert in wetenschappelijk onderzoek dat bijdraagt aan een volledig beeld van de aandoening en genezing dichterbij brengt. Verder geven we voorlichting op maat over epilepsie. Aan mensen met epilepsie, hun directe omgeving en ook aan het algemeen publiek. En we verlenen onder bepaalde voorwaarden financiële hulp aan organisaties in de epilepsiezorg en aan mensen die als gevolg van hun aandoening voor extra uitgaven komen te staan. Voor mensen met epilepsie die niet zonder begeleiding met vakantie kunnen, organiseren we speciale vakantie-reizen.

Voor ons werk voor mensen met epilepsie hebben wij geld nodig en de overheid geeft hiervoor geen subsidie. Daarom brengt het Epilepsiefonds door het houden van bijvoorbeeld de jaarlijkse collecte zelf geld bijeen. Ook donateurs dragen hun steentje bij.

---

**Epilepsiefonds**  
Postbus 270  
3990 GB HOUTEN

tel 030 634 40 63  
info@epilepsiefonds.nl

IBAN: NL83 INGB 0000 2221 11

---

© Epilepsiefonds, oktober 2019

---

Deze uitgave is tot stand gekomen met medewerking van Gerrit-Jan de Haan, neuroloog bij Stichting Epilepsie Instellingen Nederland (SEIN). Is deze uitgave ouder dan drie jaar, informeert u dan bij het Epilepsiefonds of er een nieuwe versie bestaat.

---

Het Epilepsiefonds heeft deze informatie met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld, maar kan geen aansprakelijkheid aanvaarden voor de juistheid, volledigheid en actualiteit ervan.

---

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het Epilepsiefonds.