

Journal de crises

Nom: _____



ÉPILEPSIE SECTION QUÉBEC

Journal des crises

Le journal des crises est un tableau qui permet d'inscrire les dates où vous avez fait des crises d'épilepsie, en inscrivant le ou les types de crises, le nombre de crise(s) que vous avez fait, la durée de la ou des crises, s'il y a un ou des facteurs déclenchants à l'origine de votre crise, si vous avez pris vos médicaments, et toutes autres informations que vous jugez pertinentes.

Vous devez inscrire d'abord la date, en commençant par la journée, le mois et ensuite l'année. Pour ce qui est du type de crise, référez-vous à la section précédente soit la description des crises. Dans la partie supérieure de chaque page est inscrit type A, type B ou type C : inscrivez la lettre qui correspond au(x) type(s) de crises que vous avez fait. Par exemple, si votre crise de type A est la crise tonico-clonique, inscrivez «A» dans la case «Type de crise», puis inscrivez le nombre de crise tonico-clonique que vous avez eu ce jour-là dans la case suivante «Nombre de crise(s)».

Lorsque qu'il est question de facteur déclenchant, nous faisons référence par exemple au stress ou au manque de sommeil, à la prise d'alcool ou de drogues, à l'ajustement ou au changement de médication, aux changements hormonaux (ex : cycle menstruel), à l'exposition à des lumières clignotantes ou scintillantes (photosensibilité), etc. Il est toutefois possible que vous n'arriviez pas à identifier un facteur déclenchant pour plusieurs raisons, dans ce cas, n'inscrivez rien dans la case.

Afin de ne pas surcharger votre journal des crises, inscrivez seulement les dates où vous avez fait une crise d'épilepsie, puisque cela facilitera la lecture de votre journal par votre médecin.

Journal des crises

[illegible]

Journal des crises

[illegible]

Journal des crises

[illegible]

L'épilepsie c'est :

L'ensemble des manifestations qui découlent d'un dérèglement de l'activité électrique du cerveau.

Dans ces conditions, l'état de conscience, les mouvements ou les actions d'une personne peuvent être modifiées pour un court laps de temps.

L'épilepsie n'est pas une maladie, et elle n'est donc pas contagieuse.

Elle peut toucher toute personne peu importe son âge, son sexe ou son statut social.

Nos objectifs :

- ◆ Améliorer la qualité de vie des personnes épileptiques
- ◆ Démystifier l'épilepsie auprès du grand public
- ◆ Briser l'isolement et favoriser la création de liens entre les personnes touchées par l'épilepsie.

Services offerts :

Écoute téléphonique
Appui psychosocial
Rencontre à domicile (si besoin)
Centre de documentation
Ateliers d'information (école, milieu de travail, etc.)
Soutien en vue du respect des droits
Activités sociales
Journal « Le Survol »
Café rencontre à venir...

Confidentialité assurée

Épilepsie section de Québec

1411, boulevard Père-Lelièvre
Québec (Québec) G1M 1N7

Téléphone : 418-524-8752
Télécopieur : 418-524-5882
Ligne sans frais: 1-855-524-8752

www.epilepsiequebec.com

infoesq@bellnet.ca

Ce projet a été rendu possible grâce à la participation financière de:



Assemblée Nationale
QUÉBEC

Patrick Huot
Député de Vanier-Les Rivières

1170, boulevard Lebourgneuf, bureau 311
Québec (Québec) G2K 2E3
Tél. : 418 644-3107 | Téléc. : 418 643-9258
patrick.huot.vani@assnat.qc.ca



CLAIRE SAMSON
DÉPUTÉE DU COMTÉ D'IBERVILLE

327, 2^e AVENUE, SAINT-JEAN-SUR-RICHIEU, QUÉBEC J2K 2B5
TEL. : 450-346-1123
CLAIRE.SAMSON@IBERASSNAT.QC.CA

