



Cut out these cards and stick them on to a piece of cardboard. On the reverse side of the English version **CLEARLY PRINT** your name and home address. On the reverse side of the Italian version **PRINT** your name, contact address and telephone number in Italy.

For use at home

### I HAVE EPILEPSY

If I am found unconscious this is not because I have been drinking or taking drugs but probably because I have just had an epileptic seizure.

#### If I should have a seizure...

- Do not move me unless I am in danger.
- Leave a clear space around me, loosen my collar and put something under my head.
- Do not restrict my movements.
- Do not lift me up.
- Do not force anything between my teeth.
- It is not necessary to call an ambulance, the police or a doctor unless I do not recover consciousness in a few minutes.

For use in Italy

### Ho l'epilessia

Se sono incosciente, non e' perche' ho bevuto o perche' mi sono drogato/a, ma e' probabile che io abbia appena avuto una crisi epilettica.

#### Se dovessi avere una crisi epilettica.....

- Non movermi ameno che io non sia in una posizione pericolosa.
- Crea spazio intorno a me, sbottonami il colletto e mettimi qualcosa di morbido sotto la testa.
- Non cercare di tenermi fermo/a.
- Non cercare di alzarmi.
- Non mettermi niente tra i denti.
- Non e' necessario chiamare un'ambulanza, la polizia o un dottore ameno che io non mi riprenda nel giro di qualche minuto.

If you are travelling with a child, use the cards shown below and give them to the child to carry, carefully explain to him or her that if you do have a seizure and are surrounded by strangers the card should be shown to an adult. Make sure that both your name, address and the child's name and address are clearly written on the reverse side of the card.

### My parent has Epilepsy. Please do not panic. This is how you can help us

- |  |  |
|--|--|
| <b>Do.</b><br>* Keep calm.   | <b>Do not:</b><br>* Panic.   |
| * Provide gentle protection from obvious dangers.                                      | * Try to stop the seizure.   |
| * Let the seizure run its course.  | * Place anything in the mouth.   |
| * Telephone this number<br>.....<br>and tell the person who answers what has happened. | * Send for an ambulance unless<br>One seizure follows another.<br>The seizure lasts longer than 5-6 minutes.<br>Consciousness is not regained after 10 minutes or there is obvious injury. |

### Il mio genitore ha l'epilessia. Per favore non andare in panico. Ci potete aiutare cosi'

- |   |   |
|---|---|
| * Restate calmi   | * Per favore non andate in panico   |
| * Proteggete la persona con la crisi da pericoli evidenti. Lasciate che la crisi segua il suo corso | * Non tentate di fermare la crisi.  |
| * Chiamate questo numero<br>.....<br>e spiegate cosa e' successo alla persona che risponde.         | * Non cercate di mettere nulla in bocca alla persona con la crisi.  |
|   | * Non chiamate un'ambulanza ameno che la persona non abbia una seconda crisi, la crisi dura piu' di 5 o 6 minuti, la persona non si riprende nel giro di 10 minuti o la persona si e' fatta male. |

For use at home

For use in Italy

### Some useful phrases to take with you....

**I have epilepsy.**  
Ho l'epilessia.

**I take my medication once / twice / three or four times a day.**  
Prendo le medicine una volta/due/tre/quattro volte al giorno.

**I take the following drugs for my epilepsy.**  
Per l'epilessia prendo le seguenti medicine .....

**I don't usually lose consciousness during a seizure.**  
Di solito non perdo coscienza durante una crisi.

**I always lose consciousness during a seizure.**  
Perdo sempre coscienza durante una crisi.

**My seizures usually last several minutes.**  
Di solito le mie crisi durano qualche minuto.

**After a seizure it takes me several minutes/hours to become fully aware.**  
Dopo una crisi ho bisogno di alcuni minuti/alcune ore per riprendermi completamente.

**Will you please take me to my hotel?**  
Mi puo' accompagnare al mio albergo per favore?

**Will you please call a taxi?**  
Mi puo' chiamare un taxi per favore?

**Where is the nearest hospital?**  
Dov'e' l'ospedale piu' vicino?

**Where is the nearest doctor's surgery?**  
Dov'e' l'ambulatorio piu' vicino?

