

Symptômes

Lors d'une crise psychogène non épileptique vous pouvez :

- ✓ Avoir des mouvements non contrôlés
- ✓ Perdre contact avec votre environnement
- ✓ Vous évanouir/tomber à terre
- ✓ Parler/crier
- ✓ Ne pas vous souvenir de la crise

À cela peut s'ajouter :

- ✓ Maux de tête, des douleurs
- ✓ Tristesse/pleurs
- ✓ Inquiétude/panique
- ✓ Problèmes urinaires
- ✓ Problème de mémoire

Ces symptômes peuvent être confondus avec ceux d'une crise d'épilepsie.

**N'oubliez pas :
vos crises sont de vraies crises avec une
origine psychogène.**

Causes

Les CNEP peuvent être liées aux émotions ou au stress.

Souvent, les premières crises sont liées à un stress, à un choc émotionnel ou à des expériences douloureuses.

Au fil du temps les crises peuvent se produire au hasard et sans avertissement.

Les causes des crises ne sont pas toujours évidentes ou connues.

Il se peut que vos crises soient liées à un traumatisme récent ou passé.

Il est bien connu que le stress peut provoquer des réactions physiques telles que : palpitations, transpiration, maux de tête ou autre...

Une manière d'être affecté par le stress et les émotions est de faire des crises psychogènes non épileptiques.

Votre cerveau "s'éteint" pendant un certain temps et vous n'avez plus le contrôle de vos actions.

Que dire à votre entourage ?

« J'ai des crises que je ne peux pas contrôler »

« Elles sont comme des crises d'épilepsie mais elles ne sont pas causées par les mêmes choses »

« Je ne fais pas exprès »

« Mes crises peuvent être liées au stress »

« La cause de mes crises n'est pas entièrement comprise »

J'ai des crises psychogènes non épileptiques :

- ✓ Parlez-moi calmement
- ✓ Mettez-moi à l'abri des blessures
- ✓ N'essayez pas de mettre quelque chose dans ma bouche
- ✓ Mes crises ne causent pas de dommage au cerveau
- ✓ N'appellez pas d'ambulance sauf si je suis blessé ou si la crise ne s'arrête pas