ضربه و آسیب به سر

بیمار گرامی خانم/ آقای ............................... شما در اثر ضربه دچار آسیب خفیف سر شده اید.بیش از 80% ضربه هایی که به سر وارد میشود تنها موجب آسیب های خفیف میشوند این آسیب ها مشکل جدی و خطرناکی نداشته و معمولا نیاز به درمان ندارند و خودبه خود بهبود می یابند اما باعث بروز علایمی میشوند که از چند دقیقه تا چند روز پس از ضربه بروز میکنند و بهبود آن ها ممکن است از چند ساعت تا چند ماه طول بکشد.شما با توجه به ضربه سر و آسیب احنمالی بررسی کامل شده اید:

* از مغز شما سی تی اسکن انجام نشده زیرا در حال حاضر با توجه به معاینات و شرح حال نیاز به انجام آن نمیباشد.
* از مغز شما سی تی اسکن انجام شده که طبیعی بوده و در حال حاضر آسیب قابل مشاهده ای در آن دیده نمیشود.

علائم شایع پس از ضربه که طی چند روز تا چند هفته پس از ضربه به سر بروز میکنند:

1. علایم جسمی:

سردرد منتشر در کل سر/ سرگیجه و احساس سبکی سر/ تهوع و استفراغ/ تپش و افزایش ضربان قلب/ تورم و برجستگی پوست سر/ اختلال تعادل/ خواب آلودگی یا کاهش خواب/ اختلال بینایی و تاری دید/ دشواری در به خواب رفتن یا بیدار شدن/ رنگ پریدگی/ کاهش هوشیاری کوتاه مدت/ اختلال در راه رفتن

2. علایم خلقی:

خستگی و ضعف / حساسیت به نور و صدا / بیقراری و تحریک پذیری / احساس اندوه و افسردگی / اختلال رفتاری و رفتار های غیر طبیعی / اضطراب و نگرانی/ تشدید بروز احساسات و عواطف

3. علائم شناختی:

اختلال حافظه/ اختلال تکلم / گیجی و منگی / اختلال تفکر و کندی تفکر/ اختلال قدرت تمرکز و توجه

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

1. 24 ساعت پس از ضربه مهم ترین زمان است و شما نباید در این زمان تنها بمانید.

2. میتوانید هر مقدار میل دارید به میزان تحمل خود غذا بخورید بهتر است در ابتدا با مایعات و سپس سوپ و وعده های سبک شروع کرده و در صورت تحمل غذای معمولی خود را مصرف کنید.

3. استراحت زیاد جسمی و ذهنی و خواب کافی داشته باشید.

4. از شرکت در فعالیت های سنگین جسمانی، ورزش، نرمش و خانه داری تا 4 هفته خودداری کنید.

5. در صورت بروز درد تنها از استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده استفاده کنید،از مصرف داروهای حاوی آسپرین یا ضد درد و ضد التهاب های غیر استروئیدی مثل بروفن، ژلوفن، ناپروکسن و مفنامیک اسید تا 4 هفته خودداری کنید.

6. از مصرف دارو های آرامبخش و خواب آور که باعث خواب آلودگی میشوند خودداری کنید.

7. فقط زخم های بزرگ نیاز به پوشش و پانسمان دارند و زخم های کوچک را میتوان باز و بدون پوشش نگاه داشت که هنگام ترخیص به شما گفته میشود.

8. توصیه میشود 3 تا 4 هفته پس از ضربه جهت اطمینان از بهبودی و پیگیری به پزشک مراجعه کنید.

9. در صورت عدم وجود هر گونه بهبودی در علایم پس از یک هفته به پزشک مراجعه کنید.

10. در صورت بروز هرگونه بدحالی سریع، شدید، ناگهانی با 115 تماس بگیرید.

در صورت بروز هر یک از علایم زیر مجددا به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

* تشدید تهوع و استفراغ/ استفراغ مکرر و دائم(بیش از سه نوبت در 4 تا 6 ساعت)
* تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد.
* حالات تشنجی و یا خواب آلودگی شدید یا دشواری در بیدار شدن یا تشدید بی قراری یا تحریک پذیری
* بی اختیاری ادرار یا مدفوع
* ترشحات شفاف یا خونی از گوش یا بینی
* تب یا سفتی گردن یا شنیدن صدا درگوش
* تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هر یک از اندام ها
* تشدید گیجی یا کاهش سطح هوشیاری
* اختلاف سایز مردمک های دو چشم(بزرگتر شدن یک مردمک)
* حرکات پرشی یا ناخواسته چشم ها،دوبینی،اختلال بینایی
* ضربان قلب بسیار تند یا کند یا اختلال در تنفس
* تورم یا قرمزی یا ترشح از محل زخم
* اختلال در شنوایی یا حافظه یا تکلم یا راه رفتن و تعادل

با آرزوی سلامتی شما

واحد آموزش به بیمار بیمارستان امام رضا(ع)