

اگر در اثر ضربه، دچار آسیب خفیف سر شده اید این آسیب ها مشکل جدی و خطرناکی به همراه نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارند و خودبخود بهبود می یابند اما اگر آسیب به سر شدید باشد باعث بروز علائمی می شود که از چند دقیقه تا چند روز پس از ضربه بروز می کند و بهبود آن ممکن است از چند ساعت تا چند ماه طول بکشد .

علائم جسمی :

- ⇐ سردرد منتشر در کل سر
- ⇐ سرگیجه / احساس سبکی سر
- ⇐ تهوع / استفراغ
- ⇐ تپش قلب
- ⇐ اختلال تعادل / اختلال در راه رفتن
- ⇐ کاهش هوشیاری کوتاه مدت
- ⇐ اختلال بینایی و تاری دید
- ⇐ دشواری در به خواب رفتن یا بیدار شدن

⇐ کاهش هوشیاری کوتاه مدت

علائم خلقی و شناختی :

- ⇐ خستگی و ضعف
- ⇐ حساسیت به نور و صدا
- ⇐ بی قراری و تحریک پذیری
- ⇐ اختلال رفتاری و رفتارهای غیر طبیعی
- ⇐ اختلال حافظه ، اختلال تکلم
- ⇐ گیجی و منگی و اختلال تمرکز و توجه

توصیه های پس از ترخیص :

اولین روز پس از ضربه مهمترین زمان است و شما نباید در این زمان تنها بمانید و لازم است توسط یکی از افراد خانواده یا نزدیکان مراقبت شوید .

در صورت خوابیدن در طول ۲۴ ساعت اولیه باید هر ۲ تا ۴ ساعت از خواب بیدار شوید تا بروز هر گونه خواب آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص شود .

می توانید به میزان تحمل غذا بخورید، بهتر است با مایعات شروع کنید و در صورت تحمل غذای معمولی را مصرف نمایید .

از بلند کردن/ تکان دادن/ هل دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع، تا چهار هفته خودداری کنید .

از حضور در مکان هایی با نور و صدای زیاد که باعث تحریک سردرد می شود خودداری کنید .

از مصرف داروهای آرام بخش و خواب آور و موادی که باعث خواب آلودگی می شود خودداری کنید

در صورت بروز تورم پوست سر در محل ضربه از کمپرس سرد با کیسه ی یخ در بیست و چهار ساعت اول استفاده کنید .

در صورتی که در اثر ضربه دچار زخم باز شده اید که با بخیه غیر قابل جذب ترمیم شده است، طبق دستور هنگام ترخیص، جهت پیگیری و خارج کردن بخیه ها مراجعه کنید.

فقط زخم های بزرگ نیاز به پوشش پانسمان دارند و زخم های کوچک را می توان باز و بدون پوشش نگاه داشت.

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان
بیمارستان غدیر

تروما (ضربه) به سر



واحد آموزش سلامت
کمیته آموزشی بیمارستان غدیر

۱۴۰۴

بازگشت به کار و فعالیت طبیعی و معمولی باید آرام و
تدریجی باشد، از نادیده گرفتن علائم خود و اصرار در
بازگشت سریع به کار خودداری کنید.

Head Trauma



منبع: برونر و سودارث ۲۰۱۸

آدرس: بیمارستان غدیر
شماره تماس: ۰۱۳۴۱۳۲۶۲۴۶

در صورت بروز هر یک از علائم مجدد به اورژانس و پزشک مراجعه نمایید:

- تشدید تهوع و استفراغ / استفراغ مکرر و دائمی.
- تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد.
- حالت تشنجی
- بی اختیاری ادرار یا مدفوع
- ترشحات شفاف (آبکی) یا خونی از گوش و یا بینی
- خواب آلودگی شدید و یا دشواری در بیدار شدن
- تب
- تشدید بی قراری/تحریک پذیری.
- سفتی گردن.
- تشدید و یا بروز ضعف یا بی حسی در هر یک از اندامها دست یا پا
- اختلال در تنفس
- در صورت نیاز به مراجعه مجدد، برگه خلاصه پرونده خود را همراه داشته باشید.