

بیمار گرمی شما در اثر ضربه، دچار آسیب خفیف سر شده اید این آسیب ها مشکل جدی و خطرناکی به همراه نداشته و معمولا نیاز به درمان ندارند و خودبخود بهبود می یابند اما باعث بروز علائمی می شوند که از چند دقیقه تا چند روز پس از ضربه بروز می کنند و بهبود آنها ممکن است از چند ساعت تا چند ماه طول بکشد.

علائم شایع پس از ضربه به سر :

علائم جسمی:

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

علائم خلقی و شناختی :

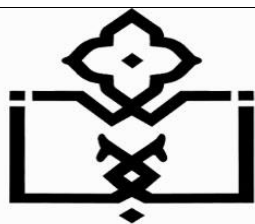
- * خستگی و ضعف
- * حساسیت به نور و صدا
- * بی قراری و تحریک پذیری
- * اختلال رفتاری و رفتارهای غیر طبیعی
- * اختلال حافظه - اختلال تکلم
- * گیجی و منگی و اختلال تمرکز و توجه

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به

نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

- * 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 توسط فرد دیگری هر ۲-۴ 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 خود را مصرف کنید.

- * از بلند کردن، تکان دادن، هل دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع، تا ۴ هفته خودداری کنید .
- * از حضور در مکان هایی با نور و صدای زیاد که باعث تحریک سردرد می شود، خودداری کنید.
- * در صورت بروز درد بهتر است از استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده استفاده کنید .از مصرف خودسرانه بروفن، ژلوفن، ناپروکسن و مفنامیک اسید 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 یا کیسه ی یخ در ۲۴ ساعت اول استفاده کنید.
- * در صورتی که در اثر ضربه دچار زخم باز که با بخیه غیر قابل جذب ترمیم شده اید شده است، طبق دستور هنگام ترخیص، جهت پیگیری و خارج کردن بخیه ها مراجعه کنید.
- * فقط زخم های بزرگ نیاز به پوشش



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی درمانی الغدير ابهر

واحد آموزش بیمار

ضربه به سر

با تایید دکتر نسرین نوحی متخصص طب اورژانس



*اختلال در تنفس

*در صورت نیاز به مراجعه مجدد،

برگه خلاصه پرونده خود را همراه

داشته باشید.

*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.



منبع : برونر سوارث ۲۰۱۸

پانسمان دارند و زخم های کوچک را می

توان باز و بدون پوشش نگاه داشت .

*تا ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید.

*استحمام بعد از ۲۴ ساعت مشکلی ندارد.

در صورت بروز هر یک از علائم زیر

مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه

نمایید:

* تشدید تهوع و استفراغ - استفراغ مکرر و

دائم (بیش از ۳ نوبت در ۴-۶ ساعت)

* تشدید سردرد یا سردردی که به درمان

پاسخ ندهد.

* حالات 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.

* سفتی گردن و تب

* تشدید بی قراری-تحریک پذیری

* تشدید و یا بروز ضعف یا بی حسی در

هر یک از اندامها(دست یا پا).

بیجا راجستان الفطیر