

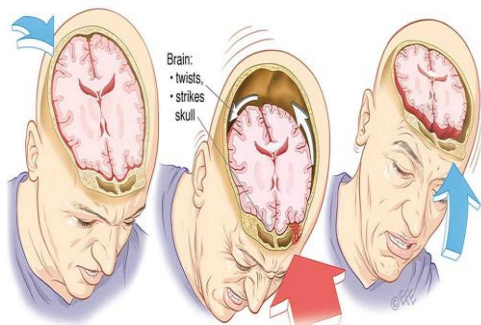


وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

آموزش به بیمار

با موضوع: ضربه و آسیب به سر



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تائید کننده علمی: خانم دکتر سارا تربتی
(متخصص مغزو اعصاب)

بهمن ۱۴۰۱

در صورت بروز هریک از علائم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

- 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

- خواب آلودگی شدید یا دشواری در بیدار شدن

- تشدید بی قراری / تحریک پذیری

- اختلال تعادل

- کاهش سطح هوشیاری

- تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هریک از اندام ها

- اختلال بینایی

نخ: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس و بیمارستان



بازوی سلامتی و تندرستی

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

۸. در صورت حمام کردن روی زخم را با پوشش پلاستیکی
بپوشانید و تا ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید .

۹. توصیه می شود ۳-۴ هفته پس از ضربه جهت اطمینان
از بهبودی پیگیری به پزشک مراجعه کنید .

۱۰. در صورت هرگونه بی حالی سریع / شدید / ناگهانی یا
بروز هرگونه حالت نگران کننده با شماره ۱۱۵ تماس
بگیرید .



ضربه و آسیب به سر :

آسیب به سر شامل هر نوع آسیب به مغز ، جمجمه یا پوست سر است این آسیب می تواند از یک برآمدگی یا کبودی خفیف تا آسیب دیدگی مغزی باشد ۸۰٪ ضربه های که به سر وارد می شود تنها موجب آسیب های خفیف می شوند که این ضربه ها و آسیب های خفیف فقط تکان کوچکی در مغز ایجاد می کند .

مهم ترین روش تشخیصی :

- ۱- شرح حال دقیق معاینات کامل است .
- ۲- سی تی اسکن یا MRI

علائم شایع پس از ضربه که در چند روز تا چند هفته پس از ضربه سر بروز می کنند:

۱.علائم جسمی :

- سردرد منتشر به کل سر
- سرگیجه / احساس سبکی سر
- تهوع استفراغ
- اختلال تعادل
- تورم و بی حسی
- خواب آلودگی یا کاهش خواب
- اختلال بینایی و تاری دید
- کاهش هوشیاری کوتاه مدت

۲.علائم خلقی :

- حساسیت به نور و صدا
- بی قراری تحریک پذیری

۳.علائم شناختی :

- اختلال حافظه
- اختلال تکلم
- گیجی ، منگی

بعد از ضربه به سر چه کاری نباید انجام داد؟

- از جمله مراقبت های بعد از ضربه به سر ، انجام دادن اقدامات احتیاطی زیر است:
- زخم سر عمیق یا با خونریزی زیاد را نشویید.
 - اجسام چسبیده به زخم را به هیچ وجه خارج نکنید
 - شخص را حرکت ندهید مگر اینکه کاملاً ضروری باشد.
 - اگر فرد گیج به نظر می رسد، او را تکان ندهید.
 - اگر مشکوک به آسیب جدی به سر هستید، کلاه ایمنی را از سر خارج نکنید.
 - کودک افتاده را بلند نکنید.
 - تا ۴۸ ساعت پس از آسیب جدی به سر، الکل مصرف نکنید.

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

- ۱.نخستین روز پس از ضربه مهمترین زمان است و شما نباید در این زمان تنها بمانید و حتما توسط یکی از افراد خانواده یا نزدیکانتان مراقبت شوید
- ۲.استراحت زیاد جسمی - ذهنی و خواب کافی داشته باشید.
- ۳.در صورتی که در طی ۲ - ۴ هفته اول هنوز دچار سردرد می شوید و همچنین در صورت استفاده از داروهای مسکن تا ۴ ساعت بعد از آن از رانندگی خودداری کنید زمان شروع رانندگی یا کار با وسایل و ماشین آلات را از پزشک سوال کنید .
- ۴.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 غیر استروئیدی مثل پروفن ، ژلوفن ، ناپروکسن ، تا چهار هفته خودداری کنید
- ۵.از مصرف داروهای آرام بخش و مواردی که باعث خواب آلودگی می شوند خودداری کنید .
- ۶.در صورت بروز تورم پوست در محل ضربه از کمپرس سرد با کیسه ی یخ استفاده کنید و این کار را روزانه چندین نوبت ۱۵ - ۲۰ دقیقه ای تکرار کنید .