



پارستان هشتمیه جیشیان نامین

تصادفات و ضربه ها

راهنمایی بیماران در ضربه و آسیب به سر



واحد آموزش به بیمار

تابستان ۱۳۹۳

باز نگری ۱۳۹۵

کد پمفلت: ۱۰ / ب / ۹۳

- ❖ تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هر یک از اندامها
  - ❖ تشدید گیجی (منگی یا کاهش سطح هوشیاری)
  - ❖ اختلال در تنفس
  - ❖ تورم / قرمزی / ترشح محل زخم
  - ❖ اختلال شنوایی یا تکلم
  - ❖ اختلال حافظه
  - ❖ اختلال در راه رفتن با تعادل
  - ❖ تشدید یا عدم بهبودی تورم و برجستگی پوست سر
  - ❖ ضربان قلب بسیار تند یا کند
  - ❖ حرکات پرشی چشمها، دوبینی، اختلال بینائی
  - ❖ بزرگ تر شدن یکی از مردمک های چشم
- منبع: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس (دیتا)

آدرس سایت پارستان هشتمیه نامین

<http://heshmatieh.mui.ac.ir>

واحد آموزش به بیمار روزهای یک  
شنبه و سه شنبه شماره تماس:  
۶۳-۴۶۲۵۹۰۶۱ داخلی ۳۰۲

۵

۶- از شرکت در فعالیتهای سنگین جسمانی، ورزش، نرمش و خانه داری تا ۴ هفته خودداری کنید.

۷- در صورت بروز هرگونه بدحالی سریع شدید، ناگهانی یا بروز هر حالت نگران کننده با شماره تلفن ۱۱۵ (اورژانس شهر) تماس بگیرید.

**علائمی که باید با ۱۱۵ تماس گرفته شود و مهم تلقی می شود.**

❖ تشدید تهوع و استفراغ، استفراغ مکرر و دائم (بیش از سه نوبت در ۶-۴ ساعت)

❖ تشدید سر درد یا سر دردی 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 یا دشواری در بیدار شدن

❖ تب

❖ تشدید بی قراری/تحریک پذیری

❖ سفتی گردن

❖ شنیدن صدا در گوش

۴

## مقدمه :

بیمار گرامی شما در اثر ضربه، دچار آسیب به سر شده اید، بیش از ۸۰٪ ضربه هایی که به سر وارد می شود تنها موجب آسیب های خفیف می شوند که این ضربه ها آسیب های خفیف فقط تکان کوچکی در مغز ایجاد می کنند، این آسیب ها مشکل جدی و خطرناکی نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارد 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.

## تشخیص :

انجام تست هایی مانند سی تی اسکن یا ام، آر، آی در صورت شک پزشک به وجود آسیب لازم است. همچنین معاینات پزشک هم کمک کننده است.

## علائم شایع پس از ضربه :

### ۱- علائم جسمی

- سر درد منتشر در کل سر
- سر گیجه / احساس سبکی سر

- تهوع / استفراغ

- تپش قلب

- رنگ پریدگی

### ۲- علائم خلقی

- خستگی و ضعف

- حساسیت به نور و صدا

- بی قراری و تحرک پذیری

- اضطراب و نگرانی

- اختلال رفتاری و رفتارهای غیرطبیعی

### ۳- علائم شناختی

- اختلال حافظه

- اختلال تکلم

- گیجی و منگی

- اختلال تفکر / کندی تفکر



توصیه های لازم پس از ترخیص تا زمان بهبودی

۱- نخستین روز (۲۴ ساعت اول) پس از ضربه مهمترین زمان است و شما نباید در این زمان تنها بمانید و حتماً توسط یکی از افراد خانواده یا نزدیکان مراقبت شوید.

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

۳- می توانید 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 و عدم استفراغ غذای معمولی خود را مصرف کنید.

۴- استراحت زیاد جسمی - ذهنی و خواب کافی داشته باشید.

۵- از بلند کردن، تکان دادن، هل دادن و کشیدن بارهای سنگین خودداری کنید.