

## تعریف :

بیش از ۸۰٪ ضربه‌هایی که به سر وارد می‌شود تنها موجب آسیب‌های خفیف می‌شود که این ضربه‌ها و آسیب‌های خفیف فقط تکان کوچکی در مغز ایجاد می‌کنند. این آسیب‌ها مشکل جدی و خطرناکی نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارند و خود به خود بهبود می‌یابند، اما باعث بروز علائمی می‌شوند که از چند دقیقه تا چند روز پس از ضربه بروز می‌کنند و بهبودی آنها ممکن است از چند ساعت تا چند ماه طول بکشد. انجام تست‌هایی مانند سی‌تی‌اسکن یا ام‌آر‌آی تنها در صورت شک پزشک به وجود آسیب لازم است.



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

۱. سردرد منتشر در کل سر
۲. سرگیجه و احساس سبکی سر
۳. تهوع و استفراغ
۴. تپش و افزایش ضربان قلب

۵. تورم و برجستگی پوست سر

۶. اختلال تعادل

۷. خواب‌آلودگی یا کاهش خواب

۸. اختلال بینایی و تاری دید

۹. دشواری در به خواب رفتن یا بیدار شدن

۱۰. اختلال در راه رفتن

۱۱. حساسیت به نور و صدا

۱۲. اختلال تکلم

## پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه‌های زیر

### توجه کنید:

۱) **۲۴ ساعت اول** پس از ضربه مهمترین زمان است و شما

نباید در این زمان تنها بمانید و حتماً توسط یکی از افراد

یا نزدیکان مراقبت شوید.

۲) در صورت خوابیدن در **۲۴ ساعت اول** توسط فرد

دیگری هر **۲-۴ ساعت** بیدار شوید تا بروز هرگونه

خواب‌آلودگی غیر طبیعی مشخص شود.

۳) میتوانید غذا برحسب میل خود بخورید و بهتر است از

مایعات و سپس سوپ شروع کنید و در صورت تحمل

غذای معمولی بخورید.

۴) از تکان دادن و هل دادن و کشیدن بارهای سنگین و

حرکات سریع تا **۴ هفته** خودداری کنید.

۵) از فعالیت‌هایی که نیاز به تمرکز ذهنی زیاد دارند

خودداری کنید.

۶) در صورتی که طی **۲-۴ هفته** اول هنوز دچار سردرد

میشوید و همچنین در صورت استفاده از داروی مسکن

تا **۴ ساعت** بعد از مصرف دارو از رانندگی خودداری

نمایید

۷) در صورت بروز تشنج هرگز بدون اجازه پزشک رانندگی

نکنید.

۸) از مصرف داروهایی مثل اسپیرین یا ضد درد مثل بروفن

ژلوفن ناپروکسن و مفنامیک اسید تا **۴ هفته** خودداری

کنید.





بیمارستان حضرت محمد رسول الله (ص) مبارکه

## ضربه و آسیب به سر

گروه هدف: بیماران

تهیه و تنظیم: خاتم آقانی ( کارشناس پرستاری )

واحد آموزش همگانی: تلفن ۵۲۶۷۲۲۲۲ داخلی ۳۱۴

کد محتوا: ۴۹۸۴۵۳

سایت اینترنتی بیمارستان: [www.mrhos.mui.ac.ir](http://www.mrhos.mui.ac.ir)

منبع: دستور العمل یکپارچه ترخیص اورژانس ( دیتاهای اورژانس )

مشاور علمی: دکتر محمدرضا پرزگر

( متخصص اورتوپدی )



در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدد به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

- اختلال در تنفس
- اختلال تکلم یا شنوایی
- اختلال در راه رفتن
- عدم بهبودی تورم و برجستگی پوست سر

➤ تشدید تهوع و استفراغ مکرر و دائم

➤ تشدید سردرد

➤ حالات تشنجی

➤ بی اختیاری ادرار یا مدفوع

➤ ترشحات ابکی یا خونی از گوش یا بینی

➤ خواب الودگی یا دشواری در بیدار شدن

➤ تب

➤ تشدید بی قراری و تحریک پذیری

➤ سفتی گردن

➤ شنیدن صدا در گوش

➤ تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هر یک از اندامها

➤ اختلاف اندازه مردمک ها