

آسیب های جزئی وارد شده به ناحیه سر که ممکن است نافذ یا غیر نافذ باشد که مشکل جدی و خطرناکی به همراه نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارند و خودبخود بهبود می یابند، اما باعث بروز علائمی می شوند که پس از چند دقیقه تا چند روز پس از ضربه بروز می کنند . بهبود آنها ممکن است از چند ساعت تا چند ماه طول بکشد.

❖ علائم شایع اولیه پس از ضربه به

سر :

الف) علائم جسمی :

- سردرد منتشر در کل سر
- سر سرگیجه ، احساس سبکی
- 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

ب) علائم خلقی و شناختی:

• تحریک پذیری و بی قراری

• رفتارهای غیر طبیعی و اختلال رفتاری

• اختلال حافظه ، اختلال تکلم

• اختلال تمرکز و توجه و گیجی

• ضعف و خستگی

• حساسیت به نور و صدا

❖ خودمراقبتی پس از ترخیص:

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

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

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

۴ = از بلند کردن، تکان دادن، هل دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع، تا ۴ هفته خودداری کنید.

۵ = از حضور در مکان هایی با نور و صدای زیاد که باعث تحریک سردرد می شود، خودداری نمایید و در صورت بروز درد بهتر است از استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده استفاده کنید و از مصرف داروهای آرام بخش و خواب آور و مفنایک اسید خودداری کنید. همچنین از مصرف خودسرانه بروفن، ژلوفن، ناپروکسن و موادی که باعث خواب آلودگی می شود، خودداری کنید.

۶ = در صورت بروز تورم پوست سر در محل ضربه از کمپرس سرد با کیسه یخ در ۲۴ ساعت اول استفاده کنید.

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

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

۹ = تا ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید و استحمام بعد از ۲۴ ساعت مشکلی ندارد.



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرند



ضربه و آسیب به سر

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری: زمستان ۱۴۰۲

علائم خطر:

- تشدید تهوع و استفراغ / استفراغ مکرر و دائم
- تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد.
- حالت تشنجی
- خواب آلودگی شدید و یا دشواری در بیدار شدن
- تشدید بی قراری/تحریک پذیری
- سفتی گردن



- تشدید و یا بروز ضعف یا بی حسی در هر یکی از اندامها (دست یا پا)
- اختلال در تنفس
- بی اختیاری ادرار یا مدفوع
- ترشحات شفاف (آبکی) یا خونی از گوش و یا بینی
- تب

در صورت بروز هرگونه علائم به اورژانس مراجعه نمایید و برگه خلاصه پرونده خود را همراه داشته باشید.

بازگشت به کار:

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:

پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث 2018