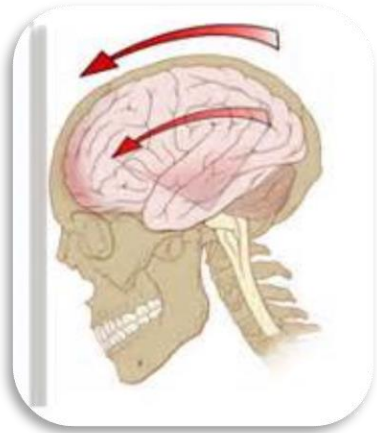


بیمارستان شهدای هفتم تیر

ضربه به سر



تهیه و تنظیم: واحد آموزش ارتقای سلامت
بیمارستان شهدای هفتم تیر

لازم بذکرست واحد آموزش ارتقای سلامت در ایام
عادی هفته از ۸:۳۰-۱۳ صبح و واحد پرستار پیگیر
در ایام عادی هفته از ۸-۱۳:۳۰ و روزهای شنبه و
سه شنبه از ساعت ۱۵-۱۸ پاسخگوی سوالات
آموزش خود مراقبتی از بدو ورود به بیمارستان -
بدو ورود به بخش -حین بستری و ترخیص و بعداز
ترخیص شما میباشد. ۵۵۲۳۷۲۶۰
خط مستقیم -
۹۴-۵۵۲۲۸۵۹۳
سوپروایزر داخلی ۳۳۱
آموزش ارتقای سلامت: خانم کاهه

سایت بیمارستان:

WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR

شماره های تماس:

۴-۵۵۲۲۸۵۸۱

تاریخ تهیه: فروردین ۹۶

تاریخ بازنگری شهریور ۱۴۰۳

فرد تائید کننده: دکتر دانشی

کد: Pa-HPT-65

وارد شدن ضربه به سر برای زنان و کودکان به
مراتب خطرناک تر از مردان است و تا هفته های بعد
ممکن است این آسیب ادامه داشته باشد
ضربات وارده به سر منجر به نوسانات هورمونی
بویژه در زنان می شود و ممکن است علائم آن حتی
ماه ها بعد از ضربه بروز کند. علائمی نظیر سردرد و
گیجی که به مرور زمان بدتر هم می شود و می تواند
منجر به خونریزی شود.

تا زمانی که تشخیص قطعی نشده است، نباید هیچ
گونه دارویی به فرد داد و بیمار باید تا زمانی که
خطر رفع نشده است، در رختخواب استراحت کند.

علائم هشداردهنده جهت مراجعه فوری به پزشک

۱-افت هوشیاری

۲-تهوع و استفراغ مداوم

۳- سردرد مداوم

۴- تب بیش از ۳۸/۵ بیش از دوبار

۵- تشنج بیش از ۵ دقیقه و پشت سر هم

۶- احساس شوری ته حلق

۷- خروج مایع شفاف از گوش و بینی

۸- تاری دید

وقتی که به سر ضربه می خورد:

شاید از نظر بیشتر ما ضربات سر اگر باعث بیهوشی یا کما نشوند، خیلی مهم نیستند، اما بد نیست بدانید حتی ضربات به ظاهر ساده و بی اهمیت هم می توانند منجر به بیماری های روحی و جسمی متعددی شوند که در بعضی از موارد، بیمار تا پایان عمر از ناتوانی هایی نظیر صرع یا اختلالات روانی رنج می برد.

به طور کلی آسیب مغزی در نتیجه برخورد ناگهانی و شدید سر با جسمی سخت پدید می آید که می تواند به صورت خفیف، متوسط یا شدید باشد. در نوع خفیف آن، شخص آسیب دیده هوشیار است و در برخی موارد ممکن است تنها برای چند ثانیه هوشیاری خود را از دست دهد. در حالت متوسط و شدید، شخص آسیب دیده دچار عدم هوشیاری در مدت زمان طولانی تری می شود. فراموش نشود بسیاری از ضرباتی که در زمان وقوع حادثه علائم جدی ندارند، در سنین بالاتر می توانند به بیماری هایی از قبیل سر درد و تشنج منجر شوند. تصادفات رانندگی مهم ترین عامل ضربه به سر است. ۱

ز مهم ترین علائم هشدار دهنده ضربه به سر می توان به حالت تهوع و استفراغ، گیجی، سر درد، تاری دید، از دست دادن تعادل، اختلال در خواب، مشکلات حافظه، وزوز گوش، خونریزی از گوش و خستگی اشاره کرد.

چنانچه هریک از این علائم در فرد آسیب دیده مشاهده شد، فرد را باید سریعاً به مراکز درمانی منتقل کرد.

بنابراین فراموش نکنید که نبودن ورم و خونریزی بدین معنا نیست که آسیب جدی نبوده است، چرا که عواقب و پیامدهای این ضربات به شدت و محل آسیب بستگی دارد. تشنج، صرع، سردردهای مداوم، خونریزی مغزی، عفونت مغزی، فراموشی، عقب ماندگی ذهنی، مرگ مغزی، اختلالات خلقی - روانی و اختلالات هورمونی از جمله پیامدهای ضربه به سر هستند که هریک از این عوارض می توانند تا پایان عمر همراه بیمار باقی بمانند و حتی با مصرف دارو و جراحی به طور کامل برطرف نخواهند شد. اختلال در خلق و عاطفه حتی مدت ها پس از ترخیص هم ممکن است ادامه یابد. امکان دارد پس از معاینه و بررسی فرد توسط پزشک، فرد به خانه

۱- تغییر وضعیت ناگهانی سر می تواند موجب بروز سر درد شود

۲- عطسه- سرفه ناگهانی و زور زدن سبب بالا رفتن فشار داخل جمجمه می شود.

۳- در صورت احساس طعم شور در دهان یا ترشح چرک از زخم جراحی سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

۴- رژیم غذایی پر فیبر (سبزیجات و کاهو) در پیشگیری از بروز یبوست ضروری است.

۵- مایعات فراوان ۶-۸ لیوان در ۲۴ ساعت بنوشید.

۶- مصرف میوه های با پوست و رنگ زرد - قرمز (انبه، زردآلو، آناناس، سیب، لیمو هویج توت ها موز ووو) در ترمیم بافت مغزی بسیار موثر است.

۷- هنگام استراحت حتماً زیر سر به اندازه ۳۰ درجه بالا باشد.

۸- از کلاه ایمنی جهت محافظت و جلوگیری از ضربه به سر می توانید استفاده کنید. از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری شود.

صدمات ناشی از ضربه به سر را نالیده نگیرید!

عوارض ضربه به سر ممکن است جان فرد را به خطر بیندازد، یا باعث معلولیت دائمی او شود، بنابراین با شناخت علائم آن می توانید از خطراتی که در پی آن می آید، جلوگیری کنید