

ضربه به سر



تهیه شده در واحد آموزش
بهار ۱۴۰۱

ضربه به سر:

علل متداول آسیب دیدگی های سر عبارتند از تصادف با وسایل نقلیه موتوری و خشونت های منجر به ضرب و شتم ، اصابت گلوله و اجسام تیز و سقوط از بلندی

صدمات سر منجر به آسیب جمجمه ، بافت مغز و یا هر دو می شود .

علائم شایع :

- تهوع و استفراغ
- سرگیجه و سردرد
- تاری دید و ضعف بینایی
- خونریزی از بینی و گوش
- فراموشی
- عدم تعادل
- کبودی دور چشم
- تشنج
- ضعف اندام ها

نشانه های ضربه مغزی



آنچه بعد از ضربه به سر و ترخیص از بیمارستان باید بدانید:

بعد از تکان مغزی (ضربه به سر بدون هیچ آسیب قابل مشاهده در سی تی اسکن) و ترخیص از بیمارستان ، در صورت بروز نشانه های زیر به پزشک مراجعه کنید:

- اشکال در بیدار شدن و صحبت کردن
- گیجی و عدم آگاهی نسبت به اطراف
- سردرد شدید
- استفراغ جهنده
- تاری دید
- ضعف در یک نیمه از بدن
- هر دو ساعت یک بار بیمار را بیدار کنید تا مطوئن شوید وضعیت هوشیاری او طبیعی است.
- ۲۴ ساعت اولیه بعد از ضربه مهم ترین ساعاتی هستند که بیمار می بایستی دقیقاً تحت نظر گرفته شود
- در ۲۴ ساعت اول پس از ضربه به سر بیمار نباید فعالیت بدنی زیادی داشته باشد

رژیم غذایی :

- ضربه به سر باعث افزایش نیازهای غذایی بیماران می شود . بایستی هرچه زودتر تغیه بیمار شروع شود .
- بعد از هوشیاری کامل و عدم وجود تهوع و استفراغ می تواند از رژیم غذایی مایعات استفاده کند و در صورت عدم وجود تهوع و استفراغ می تواند بعد از چند ساعت از رژیم معمولی استفاده کند.
- برای پیشگیری از یبوست ، از مایعات ، سبزیجات و میوه جات استفاده کند.
- دارودرمانی :
- داروهای خود را به صورت منظم و در ساعت توصیه شده
- مصرف نمائید.



• با نظر پزشک استحمام نمائید.

فعالیت و استراحت:

- به بیمار توصیه می شود که به مدت دو روز در بستر استراحت نماید و هنگام شروع به حرکت در صورت بروز سردرد و سرگیجه در بستر دراز بکشد.
- تا یک هفته پس از آسیب شدید سر ، انجام فعالیت به صورت تغییر وضعیت در بستر و انجام ورزش در محدوده حرکتی مفاصل توصیه می شود.
- جهت جلوگیری از افزایش فشار داخل جمجمه در هنگام استراحت زیر سرشان ۳۰ درجه بالا باشد و از خم کردن سر و گردن، مفاصل لگن و زانو خودداری کنید.



- در صورتی که بعد از ضربه مغزی ، خونریزی از گوش و بینی داشتید از فین کردن ، سرفه و عطسه و بلند کردن اشیاء سنگین اجتناب کنید .
- در صورت اجازه برای استحمام از پنبه چرب داخل گوش استفاده کنید.
- بعد از ترخیص در صورت بروز تب ، سردرد ، گرفتگی عضلات سر و گردن به پزشک مراجعه نمائید.
- ورم و تجمع خون زیر پوست سر نیاز به اقدام خاصی ندارد و خود به خود بهبود می یابد.
- سردرد و سرگیجه عارضه ای شایع بعد از ضربه به سر است که ممکن است مدت ها ادامه داشته باشد. ولی در صورت تشدید باید به پزشک معالج اطلاع داده شود.
- احتمال بروز تشنج بعد از ضربه به سر بیش تر می شود . برای پیشگیری بایستی داروهای تجویز شده را طبق دستور به دقت استفاده نمائید.
- در صورت عمل جراحی ، یک هفته تا ۱۰ روز پس از جراحی جهت کشین بخیه ها مراجعه نمائید.