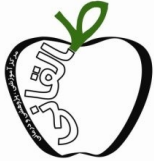




دانشگاه علوم پزشکی مشهد
دانشکده پرستاری و مامایی



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

ضربه به سر



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

کد سند: ۰۰۹

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۱۰/۰۱

شماره بازنگری: ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

عنوان سند: پمفلت آموزش به بیمار

گروه هدف: بیماران

به این علائم هشدار دهنده توجه کنید!

هنگامی که به سرتان ضربه وارد شد، و این ضربه باعث زخم در ناحیه سر و صورت می شود، باید مطمئن شوید که مجموعه شکستگی ندارد. کبود شدن پشت گوش یا کبودی دور چشم از نشانه های جدی خطر است.
اگر پس از وارد شدن ضربه به سر، شاهد علائمی مثل حالت تهوع، سردرد و تپش قلب شدید، سریعاً به پزشک متخصص مغز و اعصاب مراجعه کنید.

اینترنت گوشی خود را روشن کنید و جهت دیدن مطالب بیشتر این کد را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



منبع علمی:

www.Uptodate.com/Home

جهت پیگیری و سئوالات خود می توانید با "کلینیک پرستاری آموزش سلامت" تماس حاصل نمایید.
ساعات حضور: ۹-۱۲ روزهای غیر تعطیل
شماره تماس: ۳۵۴۲۳۹۷۰ - داخلی ۸۲۵۵-۸۲۸۷
آدرس: بیمارستان طالقانی - ساختمان درمانگاه تخصصی طبقه اول

- مراقب باشید که قبل از تشخیص درست و قطعی توسط پزشک نباید هیچ گونه دارویی مصرف شود، و بیمار باید تا زمان برطرف شدن خطر، استراحت کند.
- از مصرف الکل و قرص خواب و دارویی که پزشک تجویز نکرده خودداری کنید.
- جهت جلوگیری از یبوست خوردن روان کننده های طبیعی و میوه و سبزیجات تازه توصیه می شود.
- وارد شدن ضربه به سر برای زنان و کودکان به مراتب خطرناکتر از مردان است و تا هفته ها بعد ممکن است این آسیب ادامه داشته باشد.

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.

راهکارهای پیشگیری از ضربه به سر

- استفاده از کلاه ایمنی در موتورسواری و دوچرخه سواری و محل کار که احتمال سقوط اشیاء وجود دارد
- استفاده از کمربند ایمنی در رانندگی
- ایمن کردن محیط خانه برای کودکان

ضربه به سر چیست ؟

ضربه به سر یا آسیب مغزی بر اثر برخورد ناگهانی و شدید سر با جسمی سخت به وجود می آید. ضربه ای که در زمان وقوع حادثه وارد می شود، می تواند به صورت خفیف، متوسط یا شدید باشد. در صورتی که ضربه به سر شدید باشد، احتمال از دست دادن هوشیاری و همینطور خونریزی مغزی و تشنج وجود دارد.



از مهم ترین علل ضربه به سر به ترتیب می توان به تصادفات رانندگی، سقوط از ارتفاع، درگیری جسمی، حوادث در حین کار، حوادث داخل منزل و حوادث حین ورزش اشاره کرد

تشخیص :

○ معاینه توسط پزشک و گرفتن شرح حال از بیمار

○ انجام سی تی اسکن از سر

درمان

درمان ضربه به سر بدون ایجاد خونریزی داخل مغز به صورت دارو درمانی و کنترل سطح هوشیاری بیماری است.

علائم خطر بعد از ضربه به سر (در 24 ساعت اول)



مراقبتها بعد از ضربه مغزی :

* در زمان خوابیدن به پشت سرتان بالاتر از سطح بدن قرار گیرد مگر اینکه ممنوعیت داشته باشید.

* از زور زدن برای اجابت مزاج پرهیز کنید

* داروهای خود را به صورت منظم و در ساعت مقرر مصرف نمایید.

* استفاده از مواد غذایی با حجم کم، در دفعات بیشتر و مصرف مایعات خنک و کم شیرین جهت کاهش تهوع توصیه می شود.

* ایجاد یک محیط آرام، با نور کم و بدون تنش و سر و صدای زیاد برای کمک به استراحت بیشتر مفید می باشد..

* ورزش هایی که امکان برخورد یا افتادن در آن هست را تا ۳ هفته انجام ندهید.

* - رانندگی، موتور سواری (دوچرخه سواری) یا کار با دستگاه های خطرناک را تا بهبودی کامل انجام ندهید.

* هنگام بلند شدن از تخت، جهت جلوگیری از سرگیجه، ابتدا با کمک همراهی روی تخت بنشینید و به مدت ۵ دقیقه پاها را اویزان کنید و اگر مشکلی نداشتید با کمک آرام از روی تخت بلند شوید.

* اگر داروی رقیق کننده خون (وارفارین) به طور مرتب مصرف می کنید، باید با پزشک مشورت کنید