

ضربه به سر ممکن است همراه یا بدون از دست دادن هوشیاری باشد

علت های ضربه به سر:

۱- تصادفات رانندگی

۲- سقوط از ارتفاع

۳- درگیری جسمی

۴- حوادث حین کار و ورزش

توجه داشته باشید که بودن یا نبودن تورم

در محل وارد آمدن ضربه ربطی به جدی

بودن آسیب ندارد.

صدمه به سر به ۳ دسته تقسیم می شود

۱- آسیب به پوست سر

۲- شکستگی جمجمه

۳- صدمه به مغز و خون ریزی مغزی



در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس مراجعه نمایید:

۱- استفراغ و تهوع

۲- سردرد شدید که تا ۴ ساعت پس از

آسیب ادامه دارد

۳- تشنج

۴- تاری دید و ضعف بینایی

۵- خون ریزی یا ترشح مایع شفاف از بینی

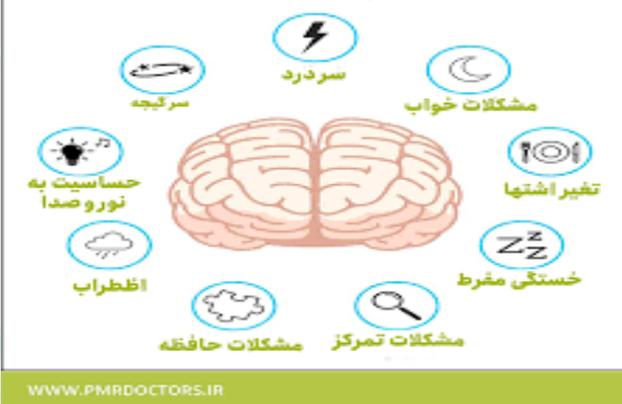
یا گوش

۶- اشکال در صحبت کردن

۷- سفتی گردن

۸- تب

سندروم پس از ضربه سر



آموزش خود مراقبتی در

صدمه به سر در منزل



مراقبت های لازم برای بیماران در منزل

۱- هنگام استراحت در منزل بهتر است جهت

پیشگیری از مشکلات تنفسی سر تخت ۳۰ درجه بالا باشد.

۲- به منظور کاهش استرس و بی خوابی ، محیط زندگی را آرام و ساکت سازید و از وارد آمدن هیجان به بیمار خودداری کنید.

۳- در چند روز اول از مصرف غذاهای سنگین پرهیز شود و جهت جلوگیری از استفراغ

غذا در مقدار کم و وعده های بیشتر مصرف شود

۴- از انجام ورزش های سنگین و فعالیت هایی

که احتمال ضربه به سر را افزایش می دهد

حداقل به مدت دو هفته پرهیز نمایید.

۵- در صورت نیاز به مصرف طولانی مدت دارو

قبل از اتمام داروها به پزشک معالج مراجعه

نمایید و داروهای خود را به صورت کامل

مصرف کنید و از قطع آن بدون دستور

پزشک خودداری کنید.

۶- در صورت جراحی سر دوهفته بعد از عمل

جراحی طبق نظر پزشک جهت کشیدن

بخیه ها مراجعه کنید.

۷- جهت جلوگیری از یبوست بهتر است از

غذاهای پر فیبر مانند سبزیجات و میوه

هایی مانند انجیر و آلو زرد استفاده کنید.

۸- از زور زدن خودداری کرده و از توالیت

فرنگی استفاده کنید.

۹- از حمام میتوان استفاده کرد ولی بهتر است

تا زمانی که بخیه ها کشیده نشده است سر

خشک بماند.

۱۰- طبق دستور پزشک فیزیوتراپی اندام ها را

شروع کنید.

با داشتن چه علائمی به پزشک مراجعه کنیم

۱- کاهش هوشیاری

۲- مشکلات حسی در دست و پا

۳- خروج خون از بینی یا گوش

۴- اختلال حرف زدن

۵- سردرد و تاری دید

۶- تهوع و استفراغ

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی

حکیم

نیشابور، میدان امام رضا (میدان باغرود)

۰۵۱۴۳۳۰۳۰۰۰

www.Hakim.Nums.ac.ir

Hakim_Nums

