

## انواع صدمات سر

- ۱- آسیب به پوست سر ( پارگی، جراحت و خونریزی زیر پوست همراه با تورم و کبودی
۲. شکستگی جمجمه
۳. صدمات بافت مغز ( صدمات داخل جمجمه )

## آسیب مغزی در اثر صدمات به دو صورت ظاهر می شود:

۱. آسیب اولیه سر: همان صدمه اولیه ای است که در اثر صدمه به مغز وارد می شود مثل کوفتگی مغز ، له شدگی ، پارگی عروق خونی.
۲. آسیب ثانویه در طول چند ساعت تا چند روز پس از آسیب اولیه ایجاد می شود و علت آن تورم مغز و خونریزی است.

## علائم ضربه به سر:

۱. سردرد
۲. سرگیجه / احساس سبکی سر
۳. تهوع / استفراغ
۴. تپش و افزایش ضربان قلب
۵. تورم و برجستگی پوست سر
۶. اختلال تعادل
۷. خواب آلودگی یا کاهش خواب
۸. اختلال بینایی و تاری دید
۹. کاهش هوشیاری کوتاه مدت

۱۱. حساسیت به نور و صدا
۱۲. بی قراری و تحریک پذیری
۱۳. احساس اندوه و افسردگی
۱۴. اختلال حافظه
۱۵. اختلال تکلم
۱۶. گیجی و منگی

## تشخیص انواع صدمات سر

\*از روی علائم ظاهری

\*انجام رادیوگرافی ساده سر

\*سی تی اسکن یا MRI

## پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های

### زیر توجه کنید:

- ۱-نخستین روز ۴۲ ( ساعت ) پس از ضربه مهمترین زمان است و شما نباید در این زمان تنها بمانید و حتما توسط یکی از افراد خانواده یا نزدیکان مراقبت شوید.
- ۲- در صورت خوابیدن در طول ۴۲ ساعت اولیه باید توسط فرد دیگری هر ۴ - ۲ ساعت از خواب بیدار شوید تا بروز هرگونه خواب آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص شود.
- ۳-از بلند کردن / تکان دادن / هل دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع و خم و راست شدن تا ۲ هفته خودداری کنید.
- ۴-از شرکت در فعالیت های سنگین جسمانی ، ورزش ، نرمش و خانه داری تا ۲ هفته خودداری کنید.

۵-پیاده روی سبک بهترین ورزش است ، روزانه چند نوبت کوتاه مدت حتی درون منزل راه بروید و آرام آرام میزان آن را افزایش دهید.

۶-از فعالیت هایی که نیاز به تمرکز ذهنی زیاد دارد مانند کار با کامپیوتر و بازی های ویدئویی خودداری کنید.

۷-در صورتی که در طی ۴ - ۲ هفته اول هنوز دچار سر درد می شوید و همچنین در صورت استفاده از داروهای مسکن تا ۲ ساعت بعد از آن از رانندگی خودداری کنید ، زمان شروع رانندگی یا کار با وسایل و ماشین آلات را از پزشک سوال کنید.

۸-از شرکت در مراسم / تئاترها / مکان هایی با نور و صدای زیاد که باعث تحریک سردرد می شود، خودداری کنید.

۹-در صورت تجویز آنتی بیوتیک، حتماً دوره ی درمان آن را به طور کامل به پایان برسانید.

۱۰-می توانید هر مقدار میل دارید به میزان تحمل خود غذا بخورید ، بهتر است در ابتدا با مایعات و سپس سوپ و وعده های سبک شروع کرده و در صورت تحمل غذای معمولی خود را مصرف کنید.

۱۱-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.



## بیمارستان ۹ دی منظریه

### ضربه به سر

کد پمفلت: SU-018



شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	ضربه به سر
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	دکتر سقایی
سمت	جراح مغز و اعصاب
تاریخ تهیه	پاییز ۱۴۰۲
کد پمفلت	HE-bl(su)-018-01

- ❖ بی اختیاری ادرار یا مدفوع
- ❖ ترشحات شفاف (آبکی) یا خونی از گوش و یا بینی
- ❖ خواب آلودگی شدید یا دشواری در بیدار شدن
- ❖ تب، سفتی گردن
- ❖ تشدید بی قراری / تحریک پذیری
- ❖ شنیدن صدا در گوش
- ❖ تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هر یک از اندام ها (دست و پا)
- ❖ اختلاف سایز مردمک های دو چشم
- ❖ دوبینی، اختلال بینایی
- ❖ ضربان قلب بسیار تند یا کند
- ❖ اختلال در تنفس
- ❖ تورم / قرمزی / ترشح محل زخم
- ❖ اختلال شنوایی یا تکلم
- ❖ اختلال حافظه
- ❖ اختلال در راه رفتن یا تعادل

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

۱۳- فقط زخم های بزرگ نیاز به پوشش و پانسمان دارند و زخم های کوچک را می توان باز و بدون پوشش نگاه داشت که هنگام ترخیص به شما گفته می شود.

۱۴- به مدت ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید.

۱۵- بخیه های غیر قابل جذب را پس از ۴۲ ساعت می توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوئید و سپس با گاز استریل خشک نمایید، اما به هیچ وجه آنها را به مدت طولانی در آب غوطه ور نکنید (مثلا در وان حمام، استخر، ... ) چون تماس زیاد با آب باعث کاهش سرعت بهبود زخم و افزایش احتمال عفونت می شود.

۱۶- از مصرف داروهای خواب آور و آرام بخش اجتناب کنید.

۱۷- در صورت عدم وجود هرگونه بهبودی در علائم پس از یک هفته به پزشک مراجعه کنید.

در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس

یا پزشک مراجعه کنید:

- ❖ تشدید تهوع و استفراغ / استفراغ مکرر و دائم
- ❖ تشدید سردرد