

ضربه به سر



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 بودن یا نبودن تورم در محل 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 خونریزی مغزی

اگر شما مراقبت از فرد را به عهده دارید او را تا ۲۴ ساعت هر دو ساعت یا طبق آن چه توصیه شده است بیدار کنید. اگر فرد بیدار نشد فوراً پزشک را مطلع کنید.

در صورت بروز هر یک از این علائم مجدداً به اورژانس مراجعه کنید:

- تهوع و استفراغ
- خواب آلودگی و گیجی
- سردرد شدید که تا ۴ ساعت ادامه دارد
- تشنج

- ناری درد و ضعف بینایی
- خونریزی یا ترشح مایع شفاف از بینی یا گوش
- اشکال در صحبت کردن
- سفتی گردن و تب

مراقبت های لازم برای بیماران در منزل:

- ✓ جهت پیشگیری از اختلالات تنفسی و بهتر خارج شدن ترشحات سر تخت ۳۰ درجه بالاتر باشد.
- ✓ به منظور کاهش استرس و بی خوابی، محیط را آرام و ساکت کنید.
- ✓ در چند روز اول از مصرف غذاهای سنگین خودداری شود و جهت جلوگیری از استفراغ غذا در مقدار کم و وعده های بیش تری مصرف کنند.
- ✓ داروهای خود را به موقع مصرف کنید. از انجام ورزش های سنگین و فعالیت هایی که احتمال



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گوردستان

مرکز آموزشی، پزشکی و درمانی بعثت



بخش اورژانس بزرگسال

واحد آموزش سلامت پاییز ۱۴۰۰

تلفن: ۱۵-۰۸۷-۳۳۲۸۵۹۱۰

داخلی ۲۲۱۹

بیمار گرامی:

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در

خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و

مراقبت آن می باشد.

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

✓ طبق دستور پزشک فیزیوتراپی اندام ها را شروع کنید.

✓ هر دو ساعت به بیمار تغییر وضعیت دهید و در تغییر وضعیت به وی کمک کنید.

✓ به منظور پیشگیری از خشکی پوست می توانید از نرم کننده های چوستی استفاده کنید.

✓ در صورت اجازه پزشک حداقل سه بار در روز از بستر بیرون بیاید و راه بروید.

✓ ضربه به سر را افزایش می دهد حداقل به مدت دو ساعت پرهیز کنید.

✓ 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.

✓ در صورت جراحی سر دو هفته بعد از عمل جراحی طبق نظر پزشک جهت کشیدن بخیه ها مراجعه کنید.

✓ جهت جلوگیری از یبوست بهتر است از غذاهای پر فیبر مانند سبزیجات و میوه هایی مانند انجیر و آلو زرد استفاده کنید.

✓ از زور زدن خودداری کرده و از توالیت فرنگی استفاده کنید.

✓ از حمام می توان استفاده کرد ولی بهتر است تا زمانی که بخیه ها کشیده نشده است سر خشک بماند.