



بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

راهنمای بیماران آسیب و ضربه به سر

(Head Trauma)



منبع: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس (دیتا)

تهیه و تنظیم: الهام محمدی

کارشناس ارشد آموزش پرستاری

سال ۱۴۰۰

با آرزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود پمفلت های آموزش به بیمار به سایت <https://arakmu.ac.ir/imamsadeghhos/> واحد آموزش (آموزش بیمار) مراجعه نمایید.

۸) در صورت بروز سردرد تنها از داروهای تجویز شده توسط پزشک مصرف نمایید.

۹) در صورت بروز تورم در ناحیه سر از کمپرس سرد در ناحیه چندین بار در طول روز استفاده نمایید.

۱۰) در صورت پارگی سر و انجام بخیه غیر قابل جذب حتما در هنگام ترخیص جهت خارج نمودن بخیه ها از پزشک خود سوال نمایید.

۱۱) فقط زخم های بزرگ نیاز به انجام پانسمان دارند و زخم های کوچک نیاز به پانسمان ندارند.

۱۲) تا زمانیکه رویش موها کاملا زخم را نپوشانده است هنگام تماس با آفتاب روی آنها را بپوشانید.

۱۳) در صورت بروز هرگونه بدحالی سریع/ شدید/ ناگهانی یا بروز هر حالت نگران کننده با شماره ۱۱۵ (اورژانس شهر) تماس بگیرید.

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

۱. تهوع و استفراغ مکرر
۲. تشدید سردرد
۳. تشنج
۴. خواب آلودگی شدید
۵. اختلال در تنفس
۶. اختلال در حافظه

✓ بیمار گرمی شما در اثر ضربه، دچار آسیب خفیف به سر شده اید و پس از انجام روش های تشخیصی لازم و معاینات بالینی در حال حاضر میتوانید به منزل بازگردید.

لازم است پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

۱) نخستین روز پس از ضربه مهمترین زمان است و شما نباید تنها بمانید.

۲) در صورت خوابیدن در ۲۴ ساعت اول باید توسط فردی هر ۲ تا ۴ ساعت بیدار شوید و تا هرگونه خواب آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص گردد.

۳) بهتر است در ابتدا مایعات بخورید و سپس سوپ و وعده های سبک را شروع کنید و در صورت تحمل غذای معمولی را شروع کنید.

۴) استراحت کافی داشته باشید.

۵) از انجام فعالیت های سنگین تا ۴ هفته خودداری نمایید.

۶) از انجام فعالیت های ذهنی نیازمند تمرکز زیاد مانند کار با کامپیوتر خودداری نمایید.

۷) از مصرف داروهای خواب آور و آرام بخش پرهیز شود.