



علائم و نشانه های ضربه خفیف:

آسیب خفیف به سر اغلب موجب برآمدگی و کبودی می شود. اگر شخص از هوش نرفته و بریدگی هم ایجاد نشده باشد، جای نگرانی زیادی نیست. علائم دیگر ضربه خفیف به سر عبارتند از:

درمان ضربه خفیف:

معمولاً نیاز به درمان خاصی نیست. تنها کاری که باید انجام دهید این است که به مدت 24 ساعت پس از ضربه تحت نظر داشته باشید. توجه داشته باشید که در مورد کودک دچار ضربه خفیف به سر، ممکن است گریه و ابراز ناراحتی کند. این کاملاً طبیعی است و بیشتر کودکان با توجه و ابراز محبت آرام می شوند. اما اگر همچنان به ابراز ناراحتی ادامه داد، بهتر است برای رسیدگی بیشتر به پزشک مراجعه کنید

از نزدیکان بخواهید که لااقل 48 ساعت کنار شما بمانند و یا دسترسی به آنها یا کمک های پزشکی با یک تلفن میسر باشد.

نکات قابل توجه بعد از ضربه مغزی:

استراحت کامل و طولانی کرده و از موقعیت های استرس زا پرهیزید.

الکل یا مواد مخدر مصرف نکنید.

قرص های خواب و آرام بخش مصرف نکنید (مگر به تجویز پزشک)

استامینوفن برای سردرد کافی است و از سایر مسکن ها استفاده نکنید. (مگر به تجویز پزشک)

تا بهبودی کامل سر کار، دانشگاه یا مدرسه نروید.

تا بهبودی کامل رانندگی، موتورسواری، دوچرخه سواری و یا با ماشین آلات کار نکنید.

شرح بیماری:

مغز و نخاع دارای بافتی نرم هستند که درون استخوان جمجمه قرار گرفته است و به وسیله ی پرده هایی به نام مننژ محافظت می شوند که سه لایه آن از داخل به خارج عبارتند از:

نرم شامه: پرده ظریفی است که روی مغز و نخاع قرار می گیرد.

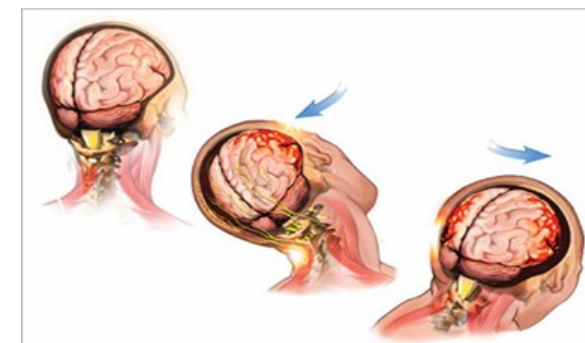
عنکبوتیه: پرده ی ظریفی است که بین سخت شامه و نرم شامه قرار می گیرد و در این فضا مایع مغزی نخاعی وجود دارد.

سخت شامه: پرده ی ضخیمی است که سطح داخلی استخوان جمجمه و سطح خارجی عنکبوتیه را می پوشاند.

مایع مغزی نخاعی، مایعی شفاف و بدون رنگ است که از بطن های مغزی تولید می شود. به طور طبیعی همه انسان ها، مقداری مایع مغزی نخاعی در اطراف مغز و نخاع خود دارند، این مایع به طور مرتب در اطراف مغز و نخاع در حال چرخش است و مواد مغذی را در اختیار سلول های عصبی قرار می دهد و مواد زائد حاصل از سوخت و ساز را دور می کند. گاهی اوقات مغز با وجود استخوان جمجمه دچار آسیب می گردد. آسیب مغز می تواند بر تفکر و حتی حرکت کردن فرد نیز تاثیر داشته باشد. برخورد یک ضربه سخت به سر می تواند مغز را درون جمجمه تکان دهد و موجب کبودی، پارگی عروق خونی و یا آسیب اعصاب مغز به صورت خفیف یا شدید شود.

علل ضربه مغزی:

بیشترین دلیل ضربه ها به سر، سقوط از بلندی، درگیری ها، حادثه در زمین بازی یا حین ورزش و تصادفات است. کودکان بیشتر دچار این گونه ضربات می شوند، چرا که فعالیت بیشتری دارند و زیاد هم احساس خطر نمی کنند.



مرکز آموزشی درمانی امین اصفهان

ضربه مغزی

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: 1403

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic



علائم ضربه شدید به سر:

- بیهوشی مختصر یا طولانی
- مشکل بیدار ماندن که چندین ساعت پس از حادثه همچنان باقی می ماند
- خارج شدن مایع روشنی از بینی یا گوش ها (ممکن است مایع مغزی نخاعی باشد)

ضعف عمومی	کبودی پشت یک یا هر دو گوش
مشکل درک سخنان دیگران	مشکل حرف زدن مانند لکنت زبان
از بین رفتن حس یا احساس	مشکل حفظ تعادل یا راه رفتن
ضعف در بخشی از بدن	تشنج (حرکات ناگهانی و غیرقابل کنترل بدن)
تحریک پذیری و رفتار غیرعادی	مشکل دید مانند تاری یا دوتایی دیدن
فراموشی مثلاً به خاطر نیاوردن قبل و بعد از حادثه	هر علامتی از آسیب یا شکستگی جمجمه

درمان ضربه شدید:

- هدف از درمان پیشگیری از عوارض حسی حرکتی است که مستلزم بستری شدن در بیمارستان است. درمان های رایج عبارتند از:
- جراحی برای توقف خونریزی و برداشتن خون لخته شده، داروهایی که تورم و فشار مغز را کاهش دهند و در صورت نیاز سایر علائم مانند تشنج را کنترل کنند.
- درمان توانبخشی: بسیاری از بیمارانی که بیماری آنها به موقع تشخیص داده شده و درمان شده اند، با اقدامات بازپروری، فیزیوتراپی، گفتاردرمانی و کار درمانی توانسته اند زندگی عادی و طبیعی داشته باشند.

تشخیص:

- پزشک؛ حافظه، توجه و عملکرد مغز فرد را با سی تی اسکن و بررسی می کند.
- ام.آر.آی

عوارض احتمالی:

فردی که دچار ضربه به سر می شود ممکن است دچار عوارض زیر شود:

- مرگ یا ناتوانی دائمی شامل فلج نسبی یا کامل، تغییرات رفتاری و شخصیتی و مشکلات گفتاری.
- ورم مغز و افزایش فشار داخل جمجمه
- عوارض جراحی مانند عفونت و خونریزی
- عوارض بیهوشی مانند حساسیت به داروها

افراد دچار ضربه مغزی، ممکن است در سنین بالاتر دچار آلزایمر، پارکینسون و دیگر اختلالات مغزی شوند.

فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری:

- در صورتی که فرد دچار ضربه به سر شده است لازم است جهت فعالیت موارد زیر را مد نظر داشته باشد:
- استراحت مطلق در بستر تا برطرف شدن کامل خونریزی پس از درمان در صورتی که برخی از کارکردهای حرکتی خود را از دست داده باشید، کاردرمانی و فیزیوتراپی به شما کمک خواهد کرد تا برای به دست آوردن مجدد مهارت های پایه مثل خوردن، لباس پوشیدن و توالی رفتن از اندام های آسیب دیده خود استفاده کنید.

پس از بهبود، تا حدی که می توانید، فعالیت در زمان قبل از ابتلا به این بیماری را از سر بگیرید. بهبودی 12-6 ماه طول می کشد.

رژیم غذایی و تغذیه:

- در صورت ثابت ماندن وضعیت و نبود خطر برای بیمار، حرکت دادن و تغذیه دهانی با صلاح دید پزشک آغاز می شود.
- نکته مهم در مورد این گروه از بیماران، مشکلات بلعی است و تغذیه سریع، می تواند باعث ورود غذا به مجاری تنفسی و ایجاد حالت خفگی یا ذات الریه شود. پس غذا خوردن باید کاملاً با احتیاط باشد و از غذاهای مایع و رقیق شروع و به تدریج به مقدار آن افزوده شود.
- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی کنید.
- در صورت مصرف الکل یا نوشیدنی های کافئین دار، آن را از رژیم غذایی خود حذف نمایید

پیشگیری از ضربه مغزی:

- باید به کودکان خود یاد بدهید هنگام دوچرخه سواری و دیگر ورزش ها، حتما کلاه ایمنی بر سرشان بگذارند و از جاهای پر رفت و آمد مانند خیابان ها عبور نکنند.
- همیشه کمربند ایمنی را ببندید و کودک خود را در صندلی مخصوص کودک با کمربند بگذارید.
- برای تعویص لامپ از صندلی نامطمئن استفاده نکنید؛ نردبان تاشو بهتر است.
- آشغال ها را از وسط راهرو و آشپزخانه جمع کنید، تا کسی پایش روی آن ها نرفته و سر نخورد.

ایمن ساختن همه اطراف و جوانب خانه، می‌توان کارهایی انجام داد که منزل برای کودکانی که تازه پا گرفته‌اند ایمن‌تر شود، مثلاً با بستن کامل پنجره‌ها به طوری که کودکان نتوانند به آسانی آن‌ها را باز کنند. دور کردن مبل‌ها و تخت‌ها از پنجره‌ها تا کودک دسترسی به آن‌ها نداشته باشد. قرار دادن موانعی برای جلوگیری از سر خوردن به پایین از لبه پله‌ها.

ممکن است حین تمیز کردن خانه (مثل نصب پرده یا تمیز کردن دیوار بالای نردبان)، درست کردن کابل‌ها، نصب لامپ، از زمین برداشتن چیزی و غیره بیفتید. برای همین بهتر است فرش، گلیم، موکت و غیره را که روی زمین است، خوب به هم بچسبانید تا نردبان روی فرش قرار گیرد و روی زمین لیز نخورد.

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علایم ضربه مغزی را داشته باشید. این، یک اورژانس است.
- در صورت برگشت علائم ضربه مغزی پس از جراحی