

خدمة الطوارئ

إصابة في الرأس لدى البالغين

إرشادات للعودة إلى المنزل



لقد تعرضت لصدمة في الرأس. يقدم لك هذا المستند معلومات عن الإجراءات والمراقبة التي يجب اتباعها عند الخروج من المستشفى.

ماذا حدث؟

لقد تعرضت لصدمة في الرأس أو ارتجاج في المخ. فحصك مطمئن ولم تظهر أي علامات خطيرة. ○ لم يُعتبر إجراء فحص بالأشعة المقطعية للدماغ ضروريًا، بالنظر إلى الحادث الذي تعرضت له والفحص السريري الذي أجرите.

○ تم إجراء فحص بالماسح الضوئي للدماغ ولم يظهر أي تلف ناتج عن الإصابة التي تعرضت لها. يمكنك العودة إلى منزلك، ولكن يجب اتخاذ عدد من الاحتياطات.

التوجيهات التي يجب اتباعها

يجب اتخاذ الاحتياطات التالية لتجنب حدوث أي مضاعفات محتملة:

- ▲ استرح.
- ▲ اشرب الماء وتناول الطعام بشكل طبيعي.
- ▲ لا تتناول أدوية منومة أو مسكنات للألم بخلاف الباراسيتامول ما لم يوصي طبيبك بخلاف ذلك.
- ▲ تجنب تناول الكحول والمخدرات لمدة ٣ أيام على الأقل.
- ▲ استأنفوا أنشطتكم المعتادة تدريجياً في الأيام القادمة.
- ▲ قلل استخدام الشاشات قدر الإمكان.
- ▲ لا تمارس الرياضة طالما لا تزال تعاني من الأعراض.
- ▲ لا تمارس أنشطة تنطوي على مخاطر عالية للإصابة بجروح في الجمجمة.

ما هي علامات الإنذار؟

تعتبر المضاعفات الناتجة عن الإصابة الدماغية نادرة، لكن يجب التعرف عليها في الوقت المناسب عند حدوثها. ومن بينها، على الرغم من ندرتها الشديدة، يمثل النزيف داخل الجمجمة خطراً بالغاً. يظهر غالباً في غضون 24 ساعة بعد الحادث.

الأعراض المقلقة

اتصل فوراً بالرقم 144 إذا لاحظت الأعراض التالية:

- ▲ نعاس شديد
- ▲ صداع يتفاقم بسرعة
- ▲ الغثيان والقيء المتكرر
- ▲ تشنجات
- ▲ تنميل أو انخفاض في قوة أو فقدان الإحساس بأحد الأطراف
- ▲ صعوبة في الكلام أو ارتباك أو سلوك غير طبيعي
- ▲ اضطرابات في الرؤية أو اضطرابات في السمع
- ▲ اضطرابات التوازن

الأعراض الشائعة والطبيعية

عادة ما تختفي الأعراض التالية بعد بضعة أيام أو حتى بضعة أسابيع.

- ▲ التعب
- ▲ صداع خفيف
- ▲ الدوخة
- ▲ اضطرابات الذاكرة
- ▲ الرغبة في النوم
- ▲ التهيج
- ▲ العصبية
- ▲ الحساسية للضوضاء والضوء



مسح للغات أخرى
Scan for other languages