

Notfallzentrum

Schädel-Hirn-Trauma bei Erwachsenen

Informationen für zu Hause



Sie haben einen Schlag auf den Kopf erhalten. Diese Broschüre informiert Sie über wichtige Massnahmen nach dem Spitalaustritt.

Was ist passiert?

Sie haben ein Schädel-Hirn-Trauma oder eine Gehirnerschütterung erlitten. Ihre Untersuchung ist beruhigend – es wurden keine Anzeichen für schwerwiegende Verletzungen festgestellt.

- Ein Computertomogramm (CT) des Gehirn war aufgrund des Unfallhergangs und der klinischen Untersuchung nicht nötig.
- Ein Computertomogramm (CT) des Gehirn wurde durchgeführt und zeigte keine Verletzungen durch das Trauma.

Sie dürfen nach Hause gehen, müssen aber bestimmte Vorsichtsmassnahmen beachten.

Empfehlungen für zu Hause

Befolgen Sie diese Vorsichtsmassnahmen, um mögliche Komplikationen zu vermeiden:

- ▲ Ruhen Sie sich aus.
- ▲ Trinken und essen Sie normal.
- ▲ Nehmen Sie kein Schlafmittel, mit Ausnahme von Paracetamol gegen Schmerzen (ausser Ihr Arzt sagt etwas anderes).
- ▲ Kein Alkohol und keine Drogen während mindestens 3 Tage.
- ▲ Steigern Sie Ihre Aktivitäten langsam in den kommenden Tagen.
- ▲ Reduzieren Sie die Bildschirmzeit so weit wie möglich.
- ▲ Kein Sport, solange Sie noch Beschwerden haben.
- ▲ Keine Aktivitäten mit hohem Risiko für Kopfverletzungen.

Was sind die Warnzeichen?

Komplikationen nach einem Schädel-Hirn-Trauma sind selten, müssen aber rechtzeitig erkannt werden. Eine Hirnblutung ist sehr selten, aber sehr ernst. Sie tritt meist innerhalb von 24 Stunden nach dem Unfall auf.

Die Alarmsymptome

Rufen Sie sofort die 144 an, wenn Sie eines dieser Symptome bemerken:

- ▲ Starke Schläfrigkeit
- ▲ Kopfschmerzen, die sich schnell verschlimmern
- ▲ Wiederholtes Erbrechen und Übelkeit
- ▲ Krampfanfälle
- ▲ Taubheitsgefühl, Kraftverlust oder vermindertes Gefühl in einem Körperteil
- ▲ Sprachstörungen, Verwirrung oder ungewöhnliches Verhalten
- ▲ Sehstörungen oder Hörstörungen
- ▲ Gleichgewichtsstörungen

Häufige und normale Beschwerden

Die folgenden Beschwerden sind normal und verschwinden normalerweise nach einigen Tagen bis Wochen.

- ▲ Müdigkeit
- ▲ Leichte Kopfschmerzen
- ▲ Schwindel
- ▲ Gedächtnisprobleme
- ▲ Schläfrigkeit
- ▲ Reizbarkeit
- ▲ Nervosität
- ▲ Empfindlichkeit gegenüber Lärm und Licht



Für andere Sprachen scannen
Scan for other languages