

Serviço de Urgências

Traumatismo craniano em adultos

Recomendações para quando
regressar a casa



Sofreu uma pancada na cabeça. Este documento fornece informações sobre as medidas e a monitorização a seguir aquando da alta hospitalar.

O que aconteceu?

Sofreu um traumatismo craniano ou uma concussão cerebral. O seu exame é tranquilizador e não se constatou qualquer sintoma de gravidade.

- ☐ Não foi considerada necessária a realização de um exame cerebral devido ao seu acidente e ao exame clínico.
- ☐ Foi realizado um exame cerebral, que não apresentou lesões como resultado do seu traumatismo.

O regresso a casa é possível, mas devem ser tomadas várias precauções.

Recomendações a seguir

Devem ser tomadas as seguintes precauções para evitar eventuais complicações:

- ▲ Descanse.
- ▲ Beba água e coma normalmente.
- ▲ Não tome comprimidos para dormir ou analgésicos que não o paracetamol, a menos que o seu médico lhe diga o contrário.
- ▲ Evite consumir bebidas alcoólicas e drogas durante pelo menos 3 dias.
- ▲ Gradualmente, retome as suas atividades habituais nos dias seguintes.
- ▲ Minimize o uso de ecrãs tanto quanto possível.
- ▲ Não pratique desporto enquanto ainda estiver a sentir sintomas.
- ▲ Não pratique atividades associadas a um elevado risco de lesões no crânio.

Quais são os sinais de alerta?

As complicações de um traumatismo craniano são raras, mas devem ser identificadas a tempo quando ocorrem. Entre eles, embora muito raros, o sangramento intracraniano representa um risco muito grave. Na maioria das vezes, ocorre no período de 24 horas após o acidente.

Os sintomas preocupantes

Ligue imediatamente para o 144 se notar qualquer um dos seguintes sintomas:

- ▲ Forte sonolência
- ▲ Dor de cabeça que piora rapidamente
- ▲ Náuseas e vômitos repetidos
- ▲ Convulsões
- ▲ Dormência ou diminuição da força ou da sensibilidade de um membro
- ▲ Dificuldade em falar, confusão ou comportamento anormal
- ▲ Dificuldades ao nível da visão ou da audição
- ▲ Distúrbios de equilíbrio

Os sintomas frequentes e normais

Os seguintes sintomas normalmente desaparecem após alguns dias ou mesmo semanas.

- ▲ Fadiga
- ▲ Dores de cabeça leves
- ▲ Vertigens
- ▲ Distúrbios de memória
- ▲ Vontade de dormir
- ▲ Irritabilidade
- ▲ Nervosismo
- ▲ Sensibilidade ao ruído e à luz



Digitalize para os outros idiomas
Scan for other languages