Poliklinika Budějovická

Informační list pro pacienty po lehkém poranění hlavy

Je vhodné, abyste měli při odchodu z lékařského ošetření domů doprovod.

Po lehkém poranění hlavy existuje jen malé riziko komplikací, nicméně v případě vzniku níže uvedených projevů během několika následujících dní po poranění je nutné vyhledat co nejdříve lékařské vyšetření (nejlépe na akutním příjmu nejbližší nemocnice):

- porucha vědomí, obtížná probuditelnost
- nově vzniklá jednostranná nebo oboustranná ztráta sluchu
- porucha rovnováhy, problémy s chůzí
- oslabení jedné nebo obou horních či dolních končetin
- zvracení
- výtok čiré tekutiny z nosu nebo uší
- ospalost v situacích, kdy normálně býváte zcela bdělý/á
- zhoršující se dezorientace
- problémy s řečí či s porozuměním řeči
- rozmazané nebo dvojité vidění
- krvácení z jednoho nebo obou uší
- jakékoli záchvatové projevy (kolapsy, mdloby)
- silné bolesti hlavy, které nereagují na léky proti bolesti

Co je doporučeno:

Během několika dní po úraze mějte u sebe telefon a buďte v dosahu lékařské pomoci.

Hodně odpočívejte a vyvarujete se větší stresové zátěži.

Ukažte tento informační list někomu z rodiny nebo jiné blízké osobě, která by měla na Váš stav dohlédnout.

Na bolest hlavy si můžete vzít analgetika, např. paracetamol, nemáte-li kontraindikaci (Paralen 500 mg 2 tbl., maximálně 4x denně 2 tbl.)

Čemu se vyvarovat:

Nezůstávejte doma sami po dobu 48 hodin od úrazu.

Nepijte alkohol, dokud se nebudete cítit dobře.

Neužívejte Aspirin, Anopyrin, Godasal, Stacyl a jiné léky na ředění krve ani léky na spaní bez předchozí konzultace lékaře.

Zůstaňte v pracovní neschopnosti, dokud se nebudete cítit dobře.

Vyhněte se kontaktním sportům v následujících 3 týdnech.

Neřiďte motorová vozidla, dokud se nebudete cítit zcela dobře.

Většina pacientů je po lehkém poranění hlavy brzo bez obtíží, nicméně se u Vás v následujících několika dnech až týdnech mohou objevit níže uvedené obtíže, které zpravidla nevyžadují vyšetření u lékaře:

- bolesti hlavy
- pocity závrati, nestability v prostoru
- pocit na zvracení
- zvýšená citlivost na světlo, hluk
- potíže při sexu
- poruchy spánku
- potíže s pamětí
- podrážděnost
- neklid
- impulzivita, zhoršená schopnost sebeovládání
- poruchy soustředění
- změny nálady, projevy deprese, úzkosti, plačtivost
- únava
- potíže s myšlením, při řešení problémů

Tyto projevy zpravidla vymizí do dvou týdnů, nicméně v některých případech mohou přetrvávat mnohem déle. Není vhodné se vracet k Vašim běžným aktivitám, dokud popsané obtíže neodezní, protože to může prodloužit dobu nutnou k úplnému zotavení. Pokud budou obtíže přetrvávat déle než dva týdny, kontaktuje Vašeho praktického lékaře a vezměte s sebou tento informační list.

Převzato z Headway – the brain injury association, 2010.